1A+1B Fish

Griekse traybake met zalm en courgette

Bereidingstijd
30 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 180?C. Snijd de courgette in halve plakjes en snipper de ui. Halveer de olijven en hak de dille fijn. Meng de courgette, rode ui en de olijven met de olijfolie en breng op smaak met peper en zout. Leg de zalmfilet erbovenop en breng ook op smaak met peper, zout en de verse dille. Bak circa 25 minuten in de voorverwarmde oven. Verbrokkel tot slot de geitenkaas eroverheen.

Ingrediënten

- [ ] 100-150 g zalmfilet
- [ ] 40-50 g geitenkaas
- [ ] 100 g courgette
- [ ] ¼ rode ui
- [ ] 5 groene olijven
- [ ] ½ takje verse dille
- [ ] 1 el olijfolie
- [ ] Peper
- [ ] Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	**431 kcal**
Koolhydraten	**6 g**
Vet	**32 g**
Vezels	**1 g**
Eiwit	**29 g**