

Recept

TAJINE VAN KABELJAUW MET COUSCOUSSALADE



VHC
ACTIFOOD

PARTNER VOOR HORECA
& BESOUWERBIJK





Wijntip

Topf Grüner Veltliner Strasseral Kamptal

Artikelnummer 802702

ARTIKELNUMMER	EENHEID	PRODUCT	MERK
603848	600 gr	kabeljauwfilet met vel	Actifood
128135	2 sinaasappels	sinaasappels valencia	Dijksta
800298	1 rode ui	uien rood	Dijkstra
800297	1 rode peper	pepers rood	Dijkstra
807565	1 el rozijnen	rozijnen sultana	Van Wijck
250562	200 ml	bouillon vis bus	Knorr
792373	2 eetlepels olijfolie	olijfolie extra virgin	Sabroso
808147	0,5 tl	saffraan	Apollo
116955	0,5 tl	kaneel gem pot	Verstegen
295191	bosje verse koriander	koriander verpakt	Dijkstra
609773	300 gr couscous	couscous	Brandwijk
255742	1 komkommer	komkommer 12 stuks	Dijkstra
255882	1 rode paprika	paprika rood	Dijkstra
319074	peper	peper zwart gestampt lampong	Verstegen
253278	zout	zout 12x1 kg	Jozo

BEREIDING

1. Maak één van de sinaasappels schoon en rasp de schil. Schil daarna beide sinaasappels en snijd ze in partjes. Snipper de rode ui, hak de rode peper en koriander fijn.
2. Maak de visbouillon aan en week hierin de saffraan. Verhit olie in een hapjespan en fruit de rode ui met de kaneelpoeder. Giet de visbouillon erbij en voeg de helft van de sinaasappelrasp en de rozijnen toe.
3. Bestrooi de kabeljauw met peper en zout, leg in de pan en verdeel de sinaasappelpartjes erover. Voeg dan nog wat peper aan de pan toe en laat dit afgedekt 12 minuten stoven.
4. Wel ondertussen de couscous, breng 400 ml water aan de en giet dit over de couscous. Roer met een vork goed door en laat dit afgedekt 10 minuten wellen. Snijd de komkommer in de lengte door, verwijder het zaad en snijd de helften in boogjes. Snijd de paprika in blokjes. Meng dit vervolgens allemaal samen met de couscous en voeg wat van de koriander, peper en olijfolie toe.
5. Schep de vis voorzichtig in een voorverwarmde tajine of schaal. Strooi er de rest van de sinaasappelrasp en de rest van de koriander over. Serveer samen met de couscoussalade.