

# DORADA UIT DE OVEN

## Wat heb je nodig voor 2 personen:

- 2 dorada's (zeebaars)
- halve courgette
- halve venkel
- 2 grote tomaten
- 1 zoete aardappel à 250 gram
- 6 takjes verse tijm
- 4 takjes verse rozemarijn
- 2 tl gedroogde rozemarijn
- 2 tl Provençaalse kruiden
- grof zeezout
- 4 el olijfolie
- 4 schijven citroen



Oven voorverwarmen op 180°C

1. Was de vis en laat deze uitlekken op keukenpapier
2. Bekleed de bakplaat met bakpapier
3. Was de courgette en de tomaat. Schil de zoete aardappel en snijd deze 3 groenten in plakken van een halve centimeter
4. Verdeel de groenten over de bakplaat
5. Verwijder de bovenkant, onderkant en buitenste laag van de venkel. Snijd de venkel doormidden. Je hebt maar een halve venkel nodig. Snijd deze in dunne reepjes. Verdeel ook de venkel over de bakplaat
6. Besprenkel de groenten met 2 el olijfolie en strooi er 1 tl Provençaalse kruiden en rozemarijn over
7. Vul de vis met de verse rozemarijn, tijm en 2 schijven citroen per vis. Er mag een beetje zout in de vis
8. Leg de vis bovenop de groenten. Verdeel daar de laatste 2 el olijfolie over en de kruiden die je nog over hebt. Grof zeezout er over en je bakplaat kan de oven in
9. Ongeveer 45 minuten laten doorgaren.