

Zeebaars uit de oven met Parmezaankorst, tomaat en courgette

Maison Meï Brise Canopé



INGREDIËNTEN (4 PERS)

- 30 gram boter, op kamertemperatuur
- 50 gram Parmezaanse kaas
- 100 gram oud brood of paneermeel
- 1 handje verse basilicum
- 3 courgettes, in fijne plakjes
- 1 kilo cherrytomaatjes, gehalveerd
- 4 eetlepels olijfolie
- 8 takjes oregano
- Peper en zout
- 4 zeebaarsfilets

BEREIDING

1. Verwarm de oven voor op 200°
2. Maal het oude brood of paneelmeer samen met de boter, Parmezaanse kaas, basilicum, peper en zout tot een crumble en laat even rusten in de koelkast
3. Verdeel de courgette en tomaatjes in een ovenschaal en meng deze met de olijfolie, peper, zout en verse oregano
4. Leg de zeebaarsfilets in de ovenschaal op de groenten en verdeel hier de crumble van broodkruim en Parmezaanse kaas over
5. Plaats de ovenschaal in de voorverwarmde oven voor 10-15 minuten (afhankelijk van de dikte van de zeebaarsfilets) of tot het broodkruim mooi krokant is