

Gegrilde wortelen en **Makreelfilets met citroen en 5 bessen**



4 mensen

30 min voorbereiding

10 min koken

De ingrediënten

1 blik van 176g la belle-iloise Makreelfilets met citroen en 5 bessen
Bonen
Jonge wortelen
Olijfolie

De fasen

- 1- Verwarm de oven voor op 200°C/gasstand 6-7
- 2- Breng een grote hoeveelheid water aan de kook
- 3- Dop de bonen en spoel de wortelen
- 4- Kook de bonen 5 minuten in kokend water. Giet af en pel
- 5- Leg wat bakpapier op een ovenschaal
- 6- Verdeel de wortelen, tuinbonen en makreelfilet gelijkmatig. Breng op smaak met wat van het sap uit het blik. Plaats 10 minuten in de oven
- 7- Haal de wortelen uit de oven, verdeel ze over de borden en giet het sap van de makreelfilets met citroen en 5 bessen erover