



Kabeljauwschotel met brie

Ik maak graag ovenschotels, omdat ik ze kan voorbereiden en een half uur a 45 minuten voordat we gaan eten hoeft je het alleen nog maar in de oven te schuiven. Je ziet ze dus in allerlei soorten voorbijkomen op ToDaisy's. Vandaag geen vlees of vegetarische schotel maar een visschotel.

Hiervoor gebruikte ik kabeljauw maar voel je zo vrij om een andere witvis te gebruiken. Wil je het jezelf heel gemakkelijk maken? Dan kun je in plaats van zelf aardappelpuree maken, ook een pakje kopen. Niet zo lekker, maar wel zo snel en gemakkelijk.

En deze maaltijd kun je ook heel gemakkelijk voor je baby maken. Ik zal binnenkort een blog besteden hoe we bij Eliza-Jane en Dylan met de babyhapjes zijn begonnen en wat ik wanneer gaf.

Ingrediënten voor 4 personen:

- 250 gram champignons
- 1 steel prei
- 1 punt brie
- 300 gram kabeljauw (of een andere witvis)
- 1 eetlepel viskruiden
- 1 kilo aardappels
- 1 eetlepel roomboter
- 500 ml groentebouillon (500 ml water en 1 bouillonblok)
- Olie
- Scheut melk
- Nootmuskaat
- Peper
- Zout

Schil de aardappels en snijd ze in stukken. Kook de aardappels in ruim water met zout.

Verwarm de oven voor op 200 graden.

Maak de champignons schoon en snijd ze in plakjes. Was de prei goed en snijd deze fijn. Bak de champignons in een koekenpan met flink wat olie. Als het meeste vocht uit de champignons is voeg dan de gesneden prei toe en bak deze gedurende 2 minuten mee. Breng de groentes op smaak met peper en zout.

Kook de bouillon. Als de bouillon kookt zet hem dan klein, zodat de bouillon net niet kookt. Gaar de kabeljauw gedurende 5 minuten in de bouillon, of terwijl je pocheert de vis.

Test met behulp van een vork of de aardappels gaar zijn. Giet de aardappels af als ze gaar zijn en laat ze even droog stomen. Daarvoor zet je de pan zonder deksel terug op het fornuis, dat je al uitgezet hebt. Pureer de aardappels met een pureerstamper. Voeg een klont boter, peper, zout en een beetje nootmuskaat toe. Als de puree zo niet smeugig is, voeg dan nog een beetje melk toe, net zo lang tot de aardappelpuree lekker smeugig is.

Vet de ovenschaal in met olie. Leg op de bodem de groentes. Daar bovenop leg je de kabeljauw, deze kruid je nog extra met de viskruiden.

Snijd de brie in dunne plakken en leg deze op de kabeljauw. Maak de schotel af met de aardappelpuree.

Plaats de ovenschotel voor 30 minuten in de voorverwarmde oven.

Babyproof

Als je dit gerecht ook voor je baby maakt voeg dan geen zout toe aan het water waarin je de aardappels kookt.

Houdt een stukje vis achter, want deze kun je beter niet koken in bouillon.

Schep een paar eetlepels van de gebakken groenten in een ovenschaaltje, voordat je de prei en champignons op smaak hebt gebracht met peper en zout. Leg daarop de vis.

Is je kindje bijna een jaar, dan kun je best een heel dun plakje brie toevoegen. Dat deden wij pas toen Dylan rond de 11 maanden was, omdat het zout gehalte in kaas redelijk hoog is en dit niet goed is voor de nieren van een baby.

Bedek dit alles met de aardappelpuree. De aardappelpuree voor je baby kruid je niet, dus schep eerst wat puree uit je pan voor je deze op smaak gaat brengen zoals hierboven omschreven.

Plaats het geheel voor 15 à 20 minuten in de voorverwarmde oven. De kabeljauw ging er rauw in, dus zorg dat deze de kans krijgt om goed gaar te worden.