

Kabeljau nach Puttanesca-Art

30–35 Min

Zubereitung

1 Eine ofenfeste Pfanne erhitzen, dann Olivenöl, Sardellen und Kapern hinzufügen. Einige Minuten lang vorsichtig umrühren, bis sich die Sardellen im Öl aufgelöst haben. Die Kirschtomaten und Kotányi Gemüse Gewürzmischung hinzufügen. Bei Bedarf etwas Wasser hinzufügen und 15 Minuten lang kochen lassen, bis die Soße eindickt.

2 Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Den Kabeljau mit Küchenpapier trocken tupfen, von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und in die Soße legen. In den Backofen schieben und 10–12 Minuten backen (je nach Dicke des Kabeljaus). Herausnehmen und mit etwas Olivenöl sowie Focaccia oder Brot servieren.

Zutaten 2 Portionen

= Kotányi Produkte

2 EL	Olivenöl
1 EL	Kapern
250 g	Kabeljaufilet
300 g	Kirschtomaten
80 g	Oliven
1 EL	Grill Gemüse
	Salz und Pfeffer nach Geschmack