



Ovenschotel met tonijn, bleekselderij en tomaat

Ingrediënten

- 1 Zakje MAGGI Aardappelpuree voor Ovenschotel
- 1 Witte ui
- 2 Stuks Bosuitjes, in ringetjes gesneden
- 2 Teentje knoflook
- 3 Tomaten
- 2 Blikken Tonijn
- 2 el Olijfolie
- 20 g Boter
- 1 Stengel Bleekselderij

Instructie

1. Verwarm de oven alvast voor op 200 °C. Doe ondertussen de olijfolie in een hapjespan en voeg de gesneden bosuitjes, gesnipperde ui, stukjes bleekselderij en knoflook toe. Fruit de groenten een paar minuten aan.
2. Snijd elke tomaat in 4 parten. Verwijder de zaadjes en snijd het vruchtvlees in reepjes. Snijd deze reepjes vervolgens in blokjes.
3. Maak de aardappelpuree makkelijk klaar volgens de aanwijzingen op het zakje MAGGI Aardappelpuree voor Ovenschotel. Maak daarna het vis- en groentemengsel voor de vulling. Roer in de pan de tomatenblokjes en de tonijn door de gebakken groenten met bleekselderij en ui.
4. Vet een ovenschaal in met boter. Verdeel het vis- en groentemengsel over de bodem van de schaal. Dek daarna het geheel af met de aardappelpuree. Plaats vervolgens de ovenschotel met tonijn in het midden van de oven en bak het gerecht 30 minuten totdat hij mooi goudbruin is. Serveer na bereiding de ovenschaal met een grote opscheplepel op tafel. Eet smakelijk en dive in!

Voedingswaarden tonen

55 Min

koolhydraten	28.77 g
Energie	366.09 kcal
vetten	17.03 g
Eiwit	25.01 g

3