



Pangasiusfilet met roomsaus en zoete aardappel

Ingrediënten

- 1 Zakje MAGGI Roomsaus
- 700 g Paksoi
- 200 g Cherrytomaten
- 500 g Pangasiusfilet
- 800 g Zoete Aardappel

Instructie

1. Kook de aardappelen in ongeveer 20 minuten gaar. Giet ze af, stamp ze tot een grove puree en breng op smaak met zout en peper.
2. Bereid de roomsaus in een hapjespan volgens de aanwijzingen op de verpakking. Voeg iets meer water toe en leg de stukken vis in de saus.
3. Laat de vis tegen de kook aan in ongeveer 6 minuten zachtjes gaar sudderen. Laat de cherrytomaten 3 minuten meesudderen.
4. Verhit de olie in een wok of koekenpan, roerbak de paksoi enkele minuten knapperig en breng op smaak met zout.
5. Serveer de vis in roomsaus met de zoete aardappelpuree en paksoi. Eet smakelijk!

Voedingswaarden tonen		42 Min
		4 Porties
koolhydraten	50.59 g	
Energie	338.78 kcal	
vetten	4.98 g	
Eiwit	25.38 g	