



FISKEKONEN.DK

Ostegratineret torsk med bagte tomater



Du skal bruge:

4 personer

500 g torskefilet

4 skiver ost

500 g cocktailtomater

450 g frosen helbladet spinat

400 g pasta

1 spsk rapsolie

Sådan gør du

- Tænd ovnen på 200 grader.
- Saml torskefileterne i fire små portioner, og læg dem på en bageplade med bagepapir.
- Krydr med salt og peber, og læg en skive ost oven på hver torskefilet.
- Halvér tomaterne, og læg dem ved siden af fiskene.
- Bag fisk og tomater i 10 min.
- Grill derefter i 2 min.
- Kog pastaen som angivet på emballagen. De sidste 3 min. tilsættes den frosne spinat, som koges med.
- Hæld pasta og spinat til afdrypning i en sigte. Tilsæt olie, og vend rundt. Krydr med salt og peber.
- Servér spinatpasta med ostegratineret torsk og bagte tomater.

Tip: I stedet for torsk kan du anvende mørksej eller kuller. Husk, at retter med spinat ikke bør genopvarmes.