

Middelhavstorsk

400-600 gr torsk

1 aubergine

1 courgette

2 rødløg i både

1½ spsk. olivenolie

8 fed hvidløg

2 tsk. Provencekrydderi

2 dl hønsbouillon

1 tsk. Tomatkoncentrat

1 tsk. Salt, peber

3 tomater

Tilbehør:

1 kg kartofler og 200 gr godt hvedebrød. Fx filone

Aubergine og courgette skæres i tynde skiver. Svitses i olie sammen med løg i en gryde. Hvidløg, krydderi, bouillon, tomatkoncentrat, salt og peber tilsættes. Snurrer i 15 min. Tomater vendes forsigtigt i. Kommes i et fad.

Fisken skæres i 4 cm brede stykker og lægges ovenpå grøntsagerne. Dryppes med olivenolie og drysses med lidt salt. Stilles i ovnen ca. 15 min. ved 200° på midterste ovnribbe til fisken er mør.

Tips: Man kan lægge 200 gr kogte pastaskruer i bunden af fadet i stedet for at servere kartofler til.