



# Pesce al forno

## Ingrediënten

**'S morgens voorbereiden 's avonds alleen in de oven zetten!**

**Ingrediënten voor 4 personen:**

**400 gr witvis (bijv. kabeljauw) in 8 stukken gesneden**

**400 gr aardappelen in kleine blokjes 10 min voorgekookt**

**150 gr courgette in ½ cm plakjes gesneden**

**50 gr geraspte pittige kaas**

**Bechamelsaus gemaakt van:**

**30 gr bloem**

**30 g boter**

**350 ml melk**

**1 tl zout**

**½ tot 1 tl peper naar smaak**

**½ tot 1 tl nootmuskaat naar smaak**

## Bereiding

**Verwarm de oven voor op 180 graden.**

**Snijd 400 gram. aardappels in kleine stukjes van 1 ½ cm en kook ze 10 min. in kokend water met wat zout.**

**Snijd de courgette in ½ cm plakken en snijd de vis in 8 stukken.**

**Neem een ovenschotel van ca. 30 cm en vet deze in. Doe op de bodem de aardappels, verdeel daarover de vis en dan de gesneden courgette.**

**Maak de bechamèlsaus door in een steelpan de boter op zacht vuur te smelten, pak een garde en voeg het meel toe onder voortdurend roeren, voeg beetje bij beetje de melk toe en blijf roeren zodat het niet gaat klonten. Als de saus dikker wordt, dan doe je het vuur uit, voeg je de zout, peper en nootmuskaat toe, roer goed door en verdeel de bechamèl over de ovenschotel.**

**bestrooi dan met de geraspte kaas en zet ca. 40 minuten in de oven .**

**Serveertip: heerlijk met een frisse salade**

**Buon appetito!**

**Liefs Team Il Bocconcino**