



Kabeljau auf Paprika-Gurken-Gemüse

Dauer: 30 Minuten

4 Portionen

Zutaten:

500g Kabeljaufilet

2 rote Paprikaschoten

4 süßsaure Gurkensticks (aus dem Glas)

2 Zwiebeln

2 Zucchini

2 TL Öl

100 ml Gemüsebrühe

100 g Schlagsahne

Salz

Pfeffer

Zubereitung

Paprika, Gurkensticks, Zwiebeln und Zucchini in Würfel schneiden.

Öl erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Paprika, Gurken und Zucchini dazugeben, kurz mitbraten und würzen. Als nächstes Gemüsebrühe und Sahne dazu gießen und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Den Kabeljau salzen und pfeffern und auf das Gemüse legen. Anschließend einen Deckel draufsetzen und für ca. 10 Minuten garen lassen.

Dazu können Kartoffeln oder Reis gereicht werden.

