

Ingrediënten voor 2 personen

2 inktvissen (tubes)

150 g visfilet (witte)

2 ansjovisfilets (gezouten)

½ ei

½ sjalot

1 teentjes knoflook

olijfolie

½ ui

50 ml witte wijn

½ blikje tomatenblokjes (400 g)

tijm

1 el peterselie (gehakte)

verse rozemarijn

verse oregano

cayennepeper

zout

Gevulde pijlinktvis

DUUR: ☺☺

BUDGET: € €

MOEILIJKHEID: ☺☺

1 Verwarm de oven voor op 180°C. Pureer de visfilet samen met de ansjovis en het ei in een keukenrobot.

2 Snipper de sjalot en de knoflook. Fruit ze in 1 el olijfolie. Doe ze bij de gemalen vis, samen met de peterselie. Kruid met cayennepeper en zout.

3 Maak de saus. Snipper de ui en fruit hem in olijfolie. Doe er de tomatenblokjes bij en laat even sudderen. Voeg dan de wijn toe en verse kruiden naar smaak. Dek af en laat 25 minuten heel zachtjes koken.

4 Vul de inktvisjes met het vismengsel. Maak ze dicht met een prikkertje en schik ze in een ovenschotel. Overgiet met olijfolie en zet 25 minuten in de oven. Serveer met de tomatensaus.