

Gegrilde tong met spinazie



Bevat	Kcal	Eiwit	Vet	KH
	305	39g	13g	5g

Ingrediënten:

150 gram tongfilet

1 eetlepel olijfolie

300 gram spinazie

8 cherrytomaatjes

1 theelepel rozemarijn

peper



Bereiding:

Verdeel de olijfolie over de vis en bestrooi deze met peper en rozemarijn en knoflook.

Rooster de vis circa 15 minuten in een voorverwarmde hete grillpan; keer regelmatig om.

Kook de spinazie 3-4 minuten.

Garneer met gehalveerde tomaatjes.