



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Krydderstekt laks i tortilla med rødkålsalat og curry- og mangodressing

Kålsalat

100 g finsnittet rødkål
1 pakke edamamebønner
½ pakke finkuttet ingefær,
hvitløk og chili
¼ dl eddik 7 % ^B
½ dl sukker ^B
1 dl vann ^B

Laks

135 g laksefilet
½ pakke sitruskrydder

Tortillalefser

2 stk hvetetortillaer

Tilbehør

¼ pakke curry- og
mangodressing

salt ^B
pepper ^B
aluminiumsfolie (kan
sløyfes) ^B
olje ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.
2. **Kålsalat:** Kok opp edamamebønnene, ¼ dl eddik, ½ dl sukker og 1 dl vann. Ha rødkålen og ingefærblandingen i en bolle, hell over syltelaken og edamamebønnene, og vend godt om. Prøv å sil så ut mye olje av ingefærblandingen som mulig før du har den i salaten. La kålsalaten stå på benken frem til servering. Smak til med salt og pepper.
3. **Laks:** Skjær fisken i strimler på omtrent 1 cm på langs. Vend fisken i sitruskrydderet. Varm opp en stekepanne til middels varme, og ha i litt olje. Stek fisken i 1–2 minutter på hver side. Smak til med salt.
4. **Tortillalefser:** Pakk tortillalefsene inn i aluminiumsfolie, og varm dem i ovnen i 8–10 minutter før servering.
5. **Tilbehør:** Server curry- og mangodressing til retten.
6. **Restetips:** Lag en quesadilla av de siste hvetetortillaene. Legg en tortilla i en tørr og middels varm stekepanne, ha på ost, og legg på den siste tortillaen. Stek den i 2–3 minutter på hver side.



TIPS!

Stek én og én tortilla i en middels varm stekepanne med litt olje, til de er gylne. Da trenger du ikke sette på stekeovnen. Har du ikke eddik 7 %, kan du fint bruke en annen type eddik.