



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Meksikansk krydret laksefilet med stekt mais, svart ris, rømme og tortillachips

Salat med tomat, mais og svart ris

125 g svart ris
1 pakke maiskorn
½ stk rødløk
1 stk tomat
½ bunt koriander
½ stk lime
1 ss olivenolje ^B

Meksikansk krydret laksefilet

270 g laksefilet
1 pakke meksikansk grillkrydder

Tilbehør

½ stk lime
75–150 g lett rømme
½ bunt koriander
½–1 pakke små tortillachips

olje ^B
salt ^B
pepper ^B

^B Basisvare

1. Salat med tomat, mais og svart ris, forberedelse:

Tilbered risen som anvist på pakken. Hell laken av maisen. Skrell og kutt rødløken i små terninger. Skyll og kutt tomaten i små terninger. Skyll og grovhakk halvparten av koriander.

2. Salat med tomat, mais og svart ris: Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek maisen i omtrent 3 minutter, til den er lett gyllen. Ha maisen over i en serveringsskål.

3. Meksikansk krydret laksefilet: Varm opp stekepannen til middels høy varme, og ha i litt ny olje. Stek fisken i omtrent 2 minutter på hver side. Krydre med det meksikanske grillkrydderet og litt salt.

4. Salat med tomat, mais og svart ris, fortsettelse: Ha den ferdigkokte risen, tomaten og løken over i skålen med maisen. Press over saften fra den halve limen, og krydre med salt og pepper. Vend inn 1 ss olivenolje og den grovhakkede koriander.

5. Tilbehør: Kutt resten av limen i båter. Server limebåtene, rømmen og resten av koriander til retten. Knus tortillachipsene over, eller server dem til retten.



TIPS!

Hvis du vil spare tid, kan du koke maisen i vannet med risen i omtrent 2 minutter.