



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Stekt juletorsk med mandelpoteter, gulrøtter og rømmesmørsaus

Mandelpoteter og gulrøtter

400 g mandelpoteter
300 g gulrøtter

Rømmesmørsaus

½ bunt gressløk
½ pakke grønnsaksbuljong
75 g letttrømme
½ dl vann ^B
1 ss smør* ^B

Stekt juletorsk

300 g torskefilet

salt ^B
pepper ^B
olje ^B

^B Basisvare

1. Kok opp en kjele med vann til koking av potetene og gulrøttene.
2. **Mandelpoteter og gulrøtter:** Skyll potetene, og skrell og kutt gulrøttene i grove biter. Kok potetene i vannet fra punkt 1 i 2 minutter.
3. **Mandelpoteter og gulrøtter, fortsettelse:** Skru ned varmen til middels lav varme, tilsett gulrøttene, og la det hele småkoke i 10–15 minutter. Hell vannet av grønnsakene når de er ferdigkokte, og ha lokket på kjelen igjen, slik at grønnsakene holder seg varme frem til servering.
4. **Rømmesmørsaus:** Skyll og finhakk gressløken. Kok opp ½ dl vann og grønnsaksbuljongen i en liten kjele. Ta kjelen av varmen, og rør inn letttrømmen, 1 ss smør og gressløken. Smak til med salt og pepper.
5. **Stekt juletorsk:** Tørk fisken med kjøkkenpapir, og krydre den med salt og pepper. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek fisken i omtrent 2 minutter på hver side, eller til den flaker seg ved et lett trykk med fingeren.
6. Med ønske om et godt måltid!



TIPS!

Glaser de ferdigkokte gulrøttene i 1 ss smør og 1 ts sukker. Du kan også dele gulrøttene og potetene i jevnstore biter, vende dem i litt olje, salt og pepper, og steke dem i ovnen ved 210 grader varmluft i omtrent 20 minutter.

* Du kan bytte ut inarediensen mot et allernaivennlig alternativ