



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Sprøbakt laksefilet med ovnsbakte grønnsaker og tomatsalsa

Ovnsbakte grønnsaker

350 g poteter
1 stk rød paprika
1 stk rødløk

Sprøbakt laksefilet

½ pakke røkt paprikakrydder
½ pakke panering
270 g laksefilet
1 ss smør* ^B

Tilbehør

½ stk lime
75 g lettromme
100 g tomatsalsa

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

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
2. **Ovnsbakte grønnsaker:** Skyll potetene og paprikaen, og skrell løken. Kutt potetene og løken i skiver, og paprikaen i ringer. Fordel alt utover et stekebrett med bakepapir, og ha over litt olje, salt og pepper. Stek grønnsakene nederst i ovnen i omtrent 30 minutter, eller til potetene er gjennomstekte.
3. **Sprøbakt laksefilet:** Smelt 1 ss smør i en liten kjele, og vend inn paprikakrydderet og paneringen. Fordel laksestykkene utover et stekebrett med bakepapir, og ha smør- og paneringsblandingen over fisken. Stek fisken midt i ovnen, over grønnsakene, i omtrent 10 minutter, eller til fisken er sprø på toppen og har en rosa kjerne.
4. **Tilbehør:** Kutt limen i båter, og server dem sammen med rømmen og tomatsalsaen til retten.



TIPS!

Laksen kan stekes i stekepannen med paprikakrydderet, og paneringen kan strøs over potetene i ovnen for ekstra krønsj.

* Du kan bytte ut inarediensen mot et allernaivennlia alternativ