



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Pescado con salsa ajada - uerfilé med ajadasås och ugnstrostade grönsaker

Ugnstrostade grönsaker

- Gul paprika 1 st
- Tomat 1 st
- Gul lök 1 st
- Småpotatis 400 g
- Bakplåtspapper 1 st

Ajadasås

- Vitlök 2 klyftor
- Olivolja ½ dl
- Rökt paprikapulver 1 förp
- Vitvinsvinäger 15ml 1 påse

Till servering

- Bladpersilja 20 g
- Haricots verts 1 förp

Stekt fisk

- Uerfilé 300 g
- Salt 2 krm

Att ha hemma ●

- Bakplåtspapper, Olivolja, Olja, Salt, Svartpeppar

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Ugnstrostade grönsaker:** Dela gul paprika, tomat och gul lök i mindre bitar. Halvera potatis. Lägg allt på en ugnsplåt med bakplåtspapper och blanda med lite olja, salt och nymald svartpeppar. Rosta högt upp i ugnen ca 20 min eller tills allt mjuknat och fått fin färg.
3. **Ajadasås:** Skär vitlök i tunna skivor. Lägg vitlök och olivolja i en liten kastrull. Tillaga vitlöken på låg värme under omrörning, tills löken blir gyllene. Ta från värmen och låt svalna något. Blanda ner rökt paprikapulver och vitvinsvinäger. Smaka av med lite salt.
4. **Till servering:** Koka upp lättsaltat vatten i en liten kastrull. Koka haricots verts ca 1 min. Grovhacka bladpersilja. Blanda haricots verts och persilja direkt på plåten med grönsakerna.
5. **Stekt fisk:** Hetta upp lite olja i en rymlig stekpanna. Krydda uerfilé med salt och lite nymald svartpeppar. Stek fisken på hög värme ca 4 min per sida, tills den är klar.
6. Servera stekt koljafilé med ugnstrostade grönsaker och ajadasås.