



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden.

Psari plaki - Tomatbräserad fisk med oliver, fetaost, oregano och citronris

Citron- och oreganoris

Basmatiris 135 g

- Olivolja ½ msk
- Vatten 2 ½ dl
- Salt 1 krm

Citron 1 st

Oregano 10 g

Tomatsås

Gul lök 1 st

Vitlök 2 klyftor

● Olivolja 2 msk

Kons. körsbärstomater 1 förp

● Vatten ½ dl

Örtmix 1 förp

● Salt ½ tsk

● Socker ¾ tsk

Lagerblad 1 st

Tomatbräserad fisk

Alaska pollock 300 g

● Salt 2 krm

Snacksoliver 1 förp

Fetaost 50 g

Oregano 10 g

Mixsallad

Mixsallad 50 g

Att ha hemma ●

Olivolja, Salt, Socker, Svartpeppar, Vatten

1. Värm ugnen till 200°C (varmluft) eller 225°C (vanlig).
2. **Citron- och oreganoris:** Lägg basmatiris i en liten kastrull. Blanda ner olivolja. Tillsätt vatten och salt. Koka upp, sänk sedan värmen och sjud klart under lock.
3. **Tomatsås:** Finhacka gul lök och vitlök. Hetta upp olivolja i en kastrull och fräs lök och vitlök ca 5 min på medelvärme. Tillsätt konserverade körsbärstomater, vatten, lagerblad, örtmix, salt och socker. Låt sjuda ca 10 min.
4. **Tomatbräserad fisk:** Lägg alaska pollock i en ugnform. Ringla över lite olivolja och krydda med salt och svartpeppar. Häll tomatsås över fisken och fördela kalamataoliver runt om. Tillaga mitt i ugnen ca 12 min.
5. **Citron- och oreganoris:** Tvätta citronen i ljummet vatten och finriv det yttersta skalet. Finhacka oregano. Blanda det kokta riset med lite extra olivolja, citronzest och oregano precis innan servering.
6. Klyfta den använda citronen. Smula fetaost och strö över den tomatbräserade fisken. Toppa med färsk oregano och servera med mixsallad, citron- och oreganoris och citronklyfta.