



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Krydderstekt laks i wrap med friske grønnsaker og curry- og mangodressing

## Grønnsaker

1 stk rød paprika  
1 stk agurk  
1 pakke mais  
30 g ruccola

## Krydderstekt laks

2 stk laksefilet  
1 pakke sitruskrydder

## Tortillaer

4 stk tortillalefser

## Tilbehør

1 stk lime  
1 pakke curry- og mangodressing

aluminiumsfolie (kan sløyfes) <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

1. Sett stekeovnen på 230 grader varmluft.
2. Les gjennom oppskriften, finn frem og skyll de ingrediensene som trenger det.
3. **Grønnsaker:** Kutt paprikaen i strimler og agurken i terninger. Hell laken av maisen. Ha grønnsakene og ruccolaen i hver sin skål, eller bland alt sammen i en stor salatbolle.
4. **Kydderstekt laks:** Kutt fisken i store terninger. Legg fisken i en smurt ildfast form, og krydre med sitruskrydderet. Stek fisken i ovnen i 5–6 minutter, eller til den så vidt er gjennomstekt.
5. **Tortillaer:** Pakk tortillalefsene i aluminiumsfolie, og varm dem i ovnen i ca. 5 minutter før servering.
6. **Servering:** Kutt limen i båter. Sett sammen tortillaene etter eget ønske, topp med curry- og mangodressing og skvis saften fra limebåtene over.