



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

# Halstrad snabbgravad lax med dillstuvad potatis och broccoli

## Snabbgravad lax

Laxfilé 2 st

- Socker 1 tsk
- Salt ½ tsk
- Olivolja ½ tsk

## Tillbehör

Småpotatis 400 g  
Morot 2 st

## Ugnsröstad broccoli

Broccoli 1 st  
● Bakplåtspapper 1 st

## Dillstuvning

- Smör\* ½ msk
  - Vetemjöl\* 1 msk
- Mjolk 2 dl  
● Salt 1 krm  
Dill 20 g

## Att ha hemma ●

Bakplåtspapper, Olivolja, Salt, Smör\*, Socker, Svartpeppar, Vetemjöl\*

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Snabbgravad lax:** Blanda socker och salt i en skål. Fördela sockerblandningen runt fisken så det täcker. Låt fisken grava till steg 7, ca 20 min. Torka av lax lätt med lite hushållspapper.
3. **Tillbehör:** Skala och skär morötter i mindre bitar. Skär småpotatis i mindre bitar och koka mjuk i lättsaltat vatten. Låt morötterna koka med de sista 5 minuterna. Låt allt ånga av i ett durkslag.
4. **Ugnsröstad broccoli:** Klyfta broccoli och lägg på en ugnsplåt med bakplåtspapper. Ringla över lite olivolja och krydda med lite salt och nymald svartpeppar. Rosta högt upp i ugnen, ca 15 min.
5. **Dillstuvning:** Smält smör i en rymlig kastrull. Pudra över vetemjöl. Vispa ner mjölk, lite i taget, och salt. Koka upp och sjud ca 5 min. Blir stuvningen för tjock, tillsätt lite mer mjölk. Smaka av med lite salt och nymald svartpeppar. Grovhacka dill.
6. **Snabbgravad lax:** Ringla över olivolja på laxen. Hetta upp en stekpanna. Halstra laxen ca 1 ½ min per sida.
7. **Dillstuvning:** Blanda ner avhållt potatis, morot och dill i stuvningen. Servera med nyhalstrad lax och broccoli.