



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Citronbakad kolja med ägg och gröna ärtor

Citronbakad koljafilé

Koljafilé 300 g
● Olja 1 msk
● Salt ½ tsk
Citron 1 st

Äggsmör

Ägg 2 st
● Smör 25 g

Tillbehör

Potatis 400 g
Mixsallad 50 g
Gröna ärtor 1 förp

Att ha hemma ●

Olja, Salt, Smör

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Tillbehör:** Koka potatis mjuk i lättsaltat vatten. När potatisen är klar, värm gröna ärtor i potatisvattnet ca 30 sekunder innan du håller av vattnet (Se tips!).
3. Koka upp en liten kastrull med vatten. Lägg försiktigt ner ägg och sjud ca 9 min. Häll av och spola äggen i kallt vatten.
4. **Citronbakad koljafilé:** Ringla olja i en ugnform. Lägg koljafilé i ugnformen och krydda med salt. Tvätta citron och finriv skalet. Strö skalet och pressa lite citronsaft över fisken. Tillaga i ugnen ca 5 min, tills den är klar.
5. **Äggsmör:** Grovhacka äggen. Smält smör i en kastrull. Blanda ner ägg och smaka av med lite salt.
6. Servera citronbakad kolja med äggsmör, gröna ärtor, mixsallad och kokt potatis.

TIPS! Vill du servera potatis och ärtor var för sig? Lägg ärtorna i en sil innan du värmer de i potatisvattnet. Det går såklart bra att värma ärtorna i en egen kastrull med lättsaltat vatten också.

* Du kan byta ut ingrediensen mot ett allergivänligt alternativ