



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Torskefilet med smørdampet kål og rotmos, servert med pepperonismør

Rotmos

500 g rotmos

Posjert torsk

375 g torskefilet

🏠 1 l vann

Smørdampede grønnsaker

200 g delt kinakål

125 g grønne erter

🏠 2-3 ss vann

Pepperonismør

1 stk sjalottløk

100 g pepperoni

🏠 1-2 ss smør

🏠 olje

🏠 salt

- 1 Kok opp en kjele med omtrent 1 liter vann til fisken.
- 2 **Rotmos:** Legg posen med rotmos i en kjele med vann. Kok opp, og la den småkoke i omtrent 15 minutter.
- 3 **Posjert torsk:** Skru av varmen på platen fra punkt 1. Legg fisken i vannet, og la den trekke i 8-10 min, eller til den flaker seg ved et lett trykk med fingeren.
- 4 **Smørdampede grønnsaker:** Kutt kinakålen i tynne strimler. Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje og smør. Stek kålen i 2-3 minutter. Tilsett ertene og 2-3 ss vann, og la det hele dampe under lokk i ytterligere 2-3 minutter, til kålen har falt litt sammen. Smak til med salt.
- 5 **Pepperonismør:** Skrell og kutt sjalottløken i tynne skiver. Skjær pepperoniskivene i strimler. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek pepperonien i omtrent 2 minutter. Ha i løken og 1-2 ss smør, og stek det hele i omtrent 1 minutt, til løken er gyllen.
- 6 **Rotmos, fortsettelse:** Ha rotmosen i en serveringsskål, og smak til med salt før servering.

Tips fra kokken: For ekstra god smak på rotmosen, kan du varme den opp i en liten kjele sammen med 1 ss smør, og smake til med salt hvis det trengs.