



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Panert torsk med ovnsbakte potetchunks, syltede grønnsaker og sennep- og dill dressing

Ovnsbakte potetchunks

350 g poteter

Agurksalat

½–1 stk agurk

½–1 stk rødløk

1 stk gulrot

3 ss eplesider-, hvitvins- eller blank eddik ^B

2 ss sukker ^B

Panert torsk

360 g panert torsk

Sennep- og dill dressing

150 g yoghurt

1 pakke kryddermiks med sennep og dill

Basisvarer

bakepapir (kan sløyfes) ^B

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 230 grader varmluft.

2. **Ovnsbakte potetchunks:** Kutt potetene i 4 eller 6 biter, avhengig av størrelsen. Ha potetbitene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek potetene midt i ovnen i 20–25 minutter, eller til de er møre.

3. **Agurksalat:** Skyll agurken, og skrell løken og gulroten. Kutt agurken, rødløken og gulroten i tynne skiver, og ha det i en serveringsskål (se tips). Rør inn 3 ss eddik, 2 ss sukker og litt salt.

4. **Panert torsk:** Legg fisken på brettet med potetene i ovnen når det gjenstår 10–15 minutter av potetenes steketid.

5. **Sennep- og dill dressing:** Rør sammen yoghurten og kryddermiksen i en skål. Spe med litt av laken fra agurksalaten, og smak til med salt og pepper.

6. Nyt måltidet!



TIPS!

Bruk gjerne en grønnsaksskreller, ostehøvel eller mandolin til å lage lange, tynne bånd av agurken og gulrøttene.