



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Pannestekt laks med asparges- og erterisotto

Risotto

2 stk sjalottløk
150 g risottoris
1 pakke hønsebuljong
250 g asparges
125 g grønne erter
1 stk Grana Padano
2 ss eplesider-, rødvin- eller
hvitvinseddik ^B
5 dl vann ^B
3 ss smør ^B

Pannestekt laks

270 g laksefilet
1 ss smør ^B

olje ^B
salt ^B
pepper ^B

^B Basisvare

- 1. Risotto:** Skrell og finhakk sjalottløken. Varm opp en kjele til høy varme, og ha i litt olje. Stek risottorisen og løken i 1-2 minutter, eller til løken er blank. Tilsett hønsebuljongen og 2 ss eddik. Ha i 5 dl vann, litt etter litt, til risottoen har ønsket konsistens. Tilsett mer vann hvis risottoen blir for tørr, og la den småkoke i 15-18 minutter. Rør om innimellom.
- 2. Risotto, fortsettelse:** Kutt endene av aspargesene, og kutt hver asparges i 1 cm lange biter på skrått. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje og 1 ss smør. Stek aspargesene i 2-3 minutter. Ha i ertene når det gjenstår 1 minutt av steketiden. Bland aspargesene og ertene inn i den ferdigkokte risottoen. Finriv Grana Padano-osten over risottoen, og rør den inn sammen med 2 ss smør. Smak til med salt og pepper.
- 3. Pannestekt laks:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Krydre fisken med salt og pepper, og stek den i 3-4 minutter på hver side, eller til den flaker seg ved et lett trykk med fingeren. Steketiden avhenger av tykkelsen på fisken. Tilsett 1 ss smør mot slutten av steketiden.

TIPS!

Bytt gjerne ut eddiken med litt hvitvin hvis du har det stående. Tilsett da hvitvinen når løken er blank, og la den koke inn før du tilsetter buljongen og vannet.