



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Krydret laksefilet med stekt mais, svart ris, rømme og tortillachips

## Salat med tomat, mais og svart ris

125 g svart ris  
1 pakke maiskorn  
½ stk rødløk  
1 stk tomat  
½ bunt koriander  
½ stk lime  
1 ss olivenolje <sup>B</sup>

## Krydret laksefilet

270 g laksefilet  
½–1 pakke three spice

## Tilbehør

½ stk lime  
75–150 g lettømme  
½ bunt koriander  
½–1 pakke tortillachips

olje <sup>B</sup>

salt <sup>B</sup>

pepper <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

## 1. Salat med tomat, mais og svart ris, forberedelse:

Tilbered risen som anvist på pakken. Hell laken av maisen. Skrell rødløken og skyll tomaten, og kutt dem i små terninger. Skyll og grovhakk all korianderen.

## 2. Salat med tomat, mais og svart ris: Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek maisen i omtrent 3 minutter, til den er lett gyllen. Ha maisen over i en serveringsskål.

## 3. Krydret laksefilet: Varm opp stekepannen fra forrige punkt til middels høy varme, og ha i litt ny olje. Stek fisken i omtrent 3 minutter på hver side, og krydre med kryddermiksen og litt salt (se tips).

## 4. Salat med tomat, mais og svart ris, fortsettelse: Ha den ferdigkokte risen, tomaten og løken over i skålen med maisen. Press over saften fra halvparten av limen, og krydre med salt og pepper. Vend inn 1 ss olivenolje og den grovhakkede koriander.

## 5. Tilbehør: Kutt resten av limen i båter. Server limebåtene, rømmen og resten av koriander til retten. Knus tortillachipsene over, eller server dem til retten.



## TIPS!

Ha gjerne litt smør i pannen når fisken stekes, og øs smøret og krydderet over fisken.