



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Sitron- og honningbakt laks med ovnsbakte beter og hvitløksdressing

## Ovnsbakte beter og potetbåter

350 g poteter  
1 stk gulbete  
1 stk rødbete

## Sitron- og honningbakt laksefilet

½ stk sitron  
1 pakke honning  
270 g laksefilet  
2 ss smør <sup>B</sup>

## Til servering

½ stk sitron  
½-1 pakke hvitløksdressing

olje <sup>B</sup>

salt <sup>B</sup>

pepper <sup>B</sup>

bakepapir (kan sløyfes) <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.
2. **Ovnsbakte beter og potetbåter:** Skyll potetene. Skrell betene, og kutt dem og potetene i båter (se tips). Fordel grønnsakene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek grønnsakene på nederste rille i ovnen i 20-25 minutter, eller til de er gylne og gjennomstekte.
3. **Sitron- og honningbakt laksefilet:** Skyll sitronen, og finriv sitronskallet (kun det gule) på et rivjern. Varm opp en liten kjele til middels høy varme, og ha i 2 ss smør. Rør inn saften fra halve sitronen, sitronskallet og honningen, og kok opp. Krydre fiskestykkene med salt og pepper, og legg dem i en smurt ildfast form. Hell over sitron- og honningsmøret, og stek fisken midt i ovnen, over grønnsakene, når det gjenstår 8-10 minutter av grønnsakenes steketid.
4. **Til servering:** Kutt resten av sitronen i båter. Server sitronbåtene og hvitløksdressing til retten.
5. Nyt måltidet!

## TIPS!

Det kan være lurt å bruke engangshansker eller rene oppvaskhansker når du kutter rødbeten, da den farger av.