



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

## Färdigpanerad kummel med currytzatziki och medelhavssallad

### Rostad potatis

Potatis 400 g

- Bakplåtspapper 1 st
- Salt ½ tsk

### Krispig fisk

Panerad kummel 300 g

### Currytzatziki

Gurka ½ st  
Matyoghurt 1 dl  
Vitlök 1 klyfta  
Curry ½ förp  
● Salt 2 krm

### Medelhavssallad

Gurka ½ st  
Tomat 2 st  
Rödlök 1 st  
Snacksoliver 1 förp

### Att ha hemma ●

Bakplåtspapper, Olivolja,  
Olja, Salt, Svartpeppar

1. Värm ugnen till 200°C (varmluft) eller 225°C (vanlig).

2. **Rostad potatis:** Halvera potatis. Lägg på en ugnsplåt med bakplåtspapper och blanda med lite olivolja och salt. Rosta i nedre delen av ugnen ca 25 min, tills potatisen är mjuk och fått fin färg.

3. **Krispig fisk:** Lägg panerad kummel i en ugnform och tillaga i övre delen av ugnen ca 20 min.

4. **Currytzatziki:** Grovriv gurka. Pressa ur lite av vätskan och lägg den rivna gurkan i en skål. Blanda ner matyoghurt, pressad vitlök, curry, salt och nymald svartpeppar.

5. **Medelhavssallad:** Skiva gurka, tomat, rödlök och snacksoliver. Lägg på ett fat och smaksätt med lite olivolja, salt och nymald svartpeppar.

6. Servera krispig fisk med currytzatziki, medelhavssallad och rostad potatis.