



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Melkeposjert torskefilet med trøffelpotetkrem, timianglaserte gulrøtter og pepperonismør

Trøffelpotetkrem

350 g poteter
½–1 pakke trøffelolje
🏠 1–2 dl melk
🏠 1 ss smør

Timianglaserte gulrøtter

1 bunt timian
400 g gulrøtter
1 stk sitron
1 pakke honning
🏠 1 ss smør

Pepperonismør

½–1 stk sjalottløk
½–1 pose glutenfri soyasaus
50 g pepperoni
🏠 3 ss smør

Posjert torskefilet

5 dl helmelk
1 stk hvitløksfedd
1 pakke laurbærblad
300 g torskefilet
🏠 1 ts salt

🏠 pepper
🏠 olje

1 Varm opp stekeovnen til 230 grader varmluft.

2 **Trøffelpotetkrem:** Skrell og kutt potetene i to. Kok potetene i omtrent 20 minutter, eller til de er gjennomkokte.

3 **Timianglaserte gulrøtter:** Skyll og riv bladene av timianen. Skrell og kutt gulrøttene i fire på langs. Ha gulrøttene over i en ildfast form, og tilsett 1 ss smør, litt salt og pepper. Stek gulrøttene midt i ovnen i omtrent 10 minutter. Ta formen ut av ovnen, klem over saften fra sitronen, vend inn honningen og strø over timianbladene. Ha formen tilbake i ovnen, og stek gulrøttene videre i 5 minutter.

4 **Pepperonismør:** Skrell og kutt sjalottløken i tynne ringer. Kutt pepperonien i tynne strimler. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek pepperonien under omrøring i omtrent 4 minutter, til den er gyllen. Tilsett 3 ss smør, sjalottløken og soyasausen, kok opp og la smøret stå på lav varme frem til servering.

5 **Posjert torskefilet:** Kok opp melken i en vid stekepanne eller kjele. Skrell og knus hvitløken. Ha hvitløken, laurbærbladene og 1 ts salt i melken. Skru ned til lav varme, og ha fisken i pannen. La den trekke i melken i 7–8 minutter, eller til den begynner å flake seg. Ta fisken og laurbærbladene ut av melken, og la fisken hvile på en tallerken.

6 **Trøffelpotetkrem, fortsettelse:** Hell vannet av potetene når de er gjennomkokte, og la dem dampe seg tørre i kjelen. Bruk en visp, og mos potetene sammen med 1 ss smør. Spe på med melken fra posjeringen av fisken, litt og litt, mens du rører, til potetkremen har ønsket konsistens (la den gjerne bli litt løs). Smak til med trøffeloljen og salt.

Tips fra kokken: Skyll og finriv skallet (kun det gule) fra sitronen på et rivjern, og vend skallet inn i pepperonismøret.