



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Sukkersaltet laksefilet med asparges, reddiker og spisskål, rømmesmørsaus med gressløk

Kokte poteter

350 g poteter

Sukkersaltet laksefilet

270 g laksefilet

🏠 1 ss sukker

🏠 1½ ts salt

Dampede grønnsaker

1 pakke reddiker

½ stk spisskål

100 g asparges

🏠 2 dl vann

🏠 1 ss smør

Rømmesmørsaus med gressløk

1 bunt gressløk

1 pakke

grønnsaksbuljong

150 g lettrømme

🏠 1 dl vann

🏠 2 ss smør

🏠 salt

🏠 pepper

🏠 olje

1 Kokte poteter: Del potetene i to hvis de er store. Kok potetene i lettsaltet vann i omtrent 20 minutter, eller til de er gjennomkokte.

2 Sukkersaltet laksefilet: Del fisken i to på tvers. Bland sammen 1 ss sukker og 1½ ts salt i en skål, og strø blandingen på begge sider av fisken. La fisken ligge med blandingen i 15 minutter.

3 Dampede grønnsaker: Skyll og del reddikene i skiver. Kutt kålen i grove strimler. Brekk av den nederste trevlede delen på aspargesene, og kutt resten i mindre biter eller i to på langs. Ha kålen og aspargesen i en kjele med 2 dl vann, og damp dem under lokk i 4 minutter. Hell av vannet og tilsett reddikskivene, 1 ss smør, litt salt og pepper.

4 Sukkersaltet laksefilet, fortsettelse: Skyll fisken i kaldt vann, og tørk den lett. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek fisken i 2–3 minutter på hver side, og krydre med litt pepper underveis i steking.

5 Rømmesmørsaus med gressløk: Skyll og finhakk gressløken. Kok opp 1 dl vann og grønnsaksbuljongen i en liten kjele. Ta kjelen av varmen, og rør inn lettrømmen, 2 ss smør og gressløken. Smak til med salt og pepper.

Tips fra kokken: Denne retten egner seg veldig godt til å grille! Del kålen i båter og fjern stilken på aspargesene. Pensle fisken, kålbåtene og aspargesene med nøytral olje, og grill over indirekte varme til alt er gjennomvarmt og har fine grillstriper.