



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Stekt torsk meunière med citron- och dragonsås

Citron- & dragonsås

Crème fraiche 1 dl
Torkad dragon 1 tsk
Citron 1 st

🏠 Smör
🏠 Vetemjöl ½ msk
🏠 Mjolk 1 dl
🏠 Vatten 1 dl
🏠 Kycklingbuljong ½ tärning
🏠 Salt
🏠 Svartpeppar

Torsk meunière

Torskfilé 300 g
🏠 Vetemjöl ½ dl
🏠 Salt ½ tsk
🏠 Svartpeppar
🏠 Smör 1 msk
🏠 Olivolja

Tillbehör

Potatis 400 g
Morot 2 st
Tomat 2 st

1. Koka potatis mjuk i lättsaltat vatten.
2. Skala och slanta morot. Koka morotsslantarna med potatisen ca 3 min mot slutet av koktiden.
3. **Citron- och dragonsås:** Hetta upp lite smör i en kastrull. Pudra över vetemjöl. Vispa ner mjolk, vatten, crème fraiche, smulad kycklingbuljong och torkad dragon. Koka upp och sjud ca 5 min.
4. Skölj citronen i ljummet vatten och finriv skalet, lägg undan till servering. Pressa citronsaft (ca 1 msk) i såsen. Smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.
5. **Torsk meunière:** Lägg upp vetemjöl på en tallrik. Krydda torskfilé med salt och lite nymald svartpeppar. Vänd fisken i mjölet. Hetta upp smör och olivolja i en stekpanna och stek den panerade fisken ca 3 min per sida, tills den är klar.
6. Klyfta tomat, lägg upp i en skål. Klyfta resten av den använda citronen.
7. Strö citronskalet över fisken och servera med citron- och dragonsås, nykokt potatis, morötter, tomat och citrunklyfta.