



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

## Sydfransk fiskgryta med torsk, aioli och surdegpsbröd

### Sydfransk fiskgryta

Palsternacka 1 st  
Bananschalottenlök 1 st  
Fänkål 1 st  
Olivolja ½ msk  
Vitlök 1 klyfta  
Tomatpuré 2 msk  
Torkad timjan 1 tsk  
Kons. körsbärstomater 1 förp  
Vatten 2 dl  
Kycklingbuljong 1 tärning  
Vitvinsvinäger 1 msk  
Socker 1 tsk  
Chili flakes  
Torskfilé 300 g  
Salt 2 krm

### Aioli

Majonnäs ½ dl  
Vitlök 1 klyfta  
Salt

### Tillbehör

Surdegspavé 2 st

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig). Tillaga surdegspavé enligt anvisning på förpackningen, lagom till servering.
2. **Förberedelser:** Skala och skiva palsternacka. Klyfta bananschalottenlök. Skär fänkål i mindre bitar.
3. **Sydfransk fiskgryta:** Hetta upp olivolja i en stekgryta. Fräs lök, fänkål, palsternacka, pressad vitlök, tomatpuré och torkad timjan ca 3 min.
4. Tillsätt konserverade körsbärstomater, vatten, smulad kycklingbuljong, vitvinsvinäger, socker och lite chili flakes (efter egen smak). Koka upp och sjud ca 10 min, tills palsternackan är mjuk.
5. Skär torskfilé i mindre bitar och krydda med salt. Lägg ner i grytan och sjud ca 4 min, tills fisken är klar.
6. **Aioli:** Lägg majonnäs i en liten skål. Blanda ner pressad vitlök och salt.
7. Servera sydfransk fiskgryta med en klick aioli och nygräddat bröd.