



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

## Smörstekt torsk med citronsås, champinjoner och babyspenat

### Citronsås

- Citron 1 st
- Vispgrädd ½ dl
- 🏠 Smör 1 msk
- 🏠 Vetemjöl ½ msk
- 🏠 Vatten 2 dl
- 🏠 Kycklingbuljong ½ tärning
- 🏠 Salt

### Frästa grönsaker

- Champinjoner 200 g
- Bananschalottenlök 1 st
- Vitlök 1 klyfta
- Babyspenat 65 g
- 🏠 Olivolja ½ msk
- 🏠 Salt
- 🏠 Svartpeppar

### Smörstekt torsk

- Torskfilé 300 g
- 🏠 Salt 2 krm
- 🏠 Vetemjöl ½ dl
- 🏠 Smör

### Till servering

- Potatis 400 g
- Rädisor ½ förp

1. Koka potatis mjuk i lättsaltat vatten.

2. **Citronsås:** Skölj citronen i ljummet vatten och finriv skalet. Smält smör i en kastrull och pudra över vetemjöl. Vispa ner vatten (lite i taget), pressad citronsaft (ca ½ msk) och smulad kycklingbuljong. Koka ca 5 min. Tillsätt vispgrädd och rivet citronskal. Koka upp och smaka av med lite salt.

3. **Frästa grönsaker:** Kvarta champinjoner och skiva bananschalottenlök. Hetta upp olivolja i en stekpanna och fräs champinjoner, lök och lite salt ca 4 min. Tillsätt pressad vitlök och nymald svartpeppar. Fräs ytterligare ca 1 min. Vänd ner babyspenat.

4. **Smörstekt torsk:** Skär torskfilé i portionsbitar och krydda med salt. Häll vetemjöl på en tallrik och vänd fisken i mjölet. Hetta upp rikligt med smör i en stekpanna och stek fisken ca 2 min per sida, tills den är klar.

5. **Till servering:** Klyfta resten av den använda citronen. Servera smörstekt torsk med citronsås, frästa grönsaker, citronklyfta, rädisor och kokt potatis.