



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

## Majspanerad torsk med currydressing och potatis

### Potatis

Potatis 400 g

### Currydressing

Grönt äpple 1 st  
Majonnäs ½ dl  
Mild senap ½ msk  
Curry 1 tsk  
🏠 Salt 1 krm  
🏠 Svartpeppar

### Majspanerad torsk

Torskfilé 300 g  
Majspanering ca 1 dl förp  
Curry ½ tsk  
🏠 Salt ½ tsk  
🏠 Svartpeppar  
🏠 Ägg 1 st  
🏠 Neutral olja

### Sallad

Tomat 1 st  
Gurka 1 st

- 1. Potatis:** Koka potatis mjuk i lättsaltat vatten.
- 2. Currydressing:** Grov riv grönt äpple och lägg i en skål. Blanda ner majonnäs, mild senap och curry. Smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.
- 3. Majspanerad torsk:** Dela torskfilé i totalt 4 jämnstora bitar. Krydda med salt och lite nymald svartpeppar. Ta fram två tallrikar. Blanda majspanering och curry på en och vispa upp ett ägg i den andra. Vänd fisken först i uppvispat ägg och slutligen i paneringen. Stek fisken på medelvärme i en stekpanna med neutral olja tills den är frasig och gyllenbrun.
- 4. Sallad:** Skär tomat och gurka i mindre bitar och lägg i en salladsskål.
- 5. Servera** nystekt panerad torsk med currydressing, grönsaker och potatis.