



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Torsk med dillstekta morötter och citron- och dragonsmörsås

Potatis

Potatis 400 g

Dillstekta morötter

Morötter 300 g

Dill 20 g

Flyttande honung 1 förp

🏠 Smör

🏠 Salt 1 krm

🏠 Svartpeppar

Citron- och dragonsmörsås

Kycklingbuljong 1 påse

Torkad dragon ½ förp

Citron 1 st

🏠 Smör ½ msk

🏠 Vetemjöl ¾ msk

🏠 Vatten 1½ dl

🏠 Smör 30 g

Stekt torsk

Torskfilé 300 g

🏠 Salt

🏠 Vetemjöl 1 dl

🏠 Smör

1. Koka potatis mjuk i lättsaltat vatten.

2. **Dillstekta morötter:** Tvätta och skär morötter i stavar. Skär gärna stavarna lite kortare så blir det lättare att steka. Grovhacka dill. Hetta upp lite smör i en stekpanna och tillsätt morötter och salt. Stek ca 6 min, blanda ner honung, stek ytterligare ca 2 min. Vänd ner dill och krydda med lite nymald svartpeppar. Lägg över morötterna på ett fat. Skölj ur och spara stekpannan.

3. **Citron- och dragonsmörsås:** Smält ½ msk smör i en kastrull och vispa ner vetemjöl. Tillsätt vatten, kycklingbuljong och torkad dragon. Koka ca 3 min. Finriv skalet och pressa ½ msk saft från citronen, blanda ner i kastrullen. Häll över i en mixerbunke, tillsätt 30 g smör och mixa ihop med stavmixer. Smaka av med lite salt.

4. **Stekt torsk:** Skär torskfilé i portionsbitar. Krydda med salt. Lägg vetemjöl på en tallrik. Vänd fisken i mjölet. Hetta upp smör i den använda stekpannan och stek fisken ca 2 min per sida tills den är klar.

5. Servera stekt torsk med dillstekta morötter, citron- och dragonsmörsås och potatis.