



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.