



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Havets fiskfrikadeller i krämig citronsås med dill, rödlök och potatis

Till servering

Potatis 400 g
Broccoli 1 st

Fiskfrikadeller

Ströbröd 2 msk
Clariasfärs 250 g
🏠 Mjöl 2 msk
🏠 Ägg 1 st
🏠 Salt ½ tsk
🏠 Svartpeppar
🏠 Smör
🏠 Olja

Krämig citronsås med dill och rödlök

Citron 1 st
Rödlök 1 st
Dill 20 g
Vispgrädd ½ dl
Kycklingbuljong ½ påse
🏠 Smör
🏠 Vetemjöl ½ msk
🏠 Vatten ¾ dl
🏠 Mjöl 1 dl

1. Koka potatis mjuk i lättsaltat vatten.

2. **Förberedelse:** Tvätta citron i ljummet vatten och finriv det yttersta skalet. Finhacka rödlök och dill. Lägg undan allt till servering. Klyfta den använda citronen. Skär broccoli i buketter.

3. **Fiskfrikadeller:** Blanda ströbröd, mjöl, ägg, salt och lite nymald svartpeppar i en bunke. Blanda ner clariasfärs och forma smeten till ca 8 frikadeller.

4. Hetta upp smör och neutral olja i en rymlig stekpanna. Stek fiskfrikadellerna runtom, ca 4 min. Lägg upp på en tallrik, spara stekpannan.

5. **Krämig citronsås:** Tillsätt en klick smör till den använda stekpannan. Pudra över vetemjöl. Vispa ner vatten, vispgrädd och mjöl, lite i taget. Tillsätt kycklingbuljong och låt allt sjuda ca 2 min. Smaka av med ca ½ msk pressad citron. Lägg tillbaka de stekta fiskfrikadellerna och låt sjuda under lock ytterligare ca 5 min, eller tills frikadellerna är klara.

6. Koka broccoli i lättsaltat vatten ca 2 min. Häll av.

7. Strö dill, rödlök och rivet citronskal över fiskfrikadeller i citronsås. Servera med broccoli och kokt potatis.