



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

## Smörstekt torsk med citronsås, champinjoner och babyspenat

### Citronsås

Citron 1 st

- Smör 1 msk
- Vetemjöl ½ msk
- Vatten 2 dl

Kycklingbuljong ½ påse  
Vispgräde ½ dl

### Frästa grönsaker

Champinjoner 200 g  
Bananschalottenlök 1 st

- Olivolja ½ msk
- Vitlök 1 klyfta  
Babyspenat 30 g

### Smörstekt torsk

Torskfilé 300 g

- Salt 2 krm
- Vetemjöl ½ dl

### Till servering

Potatis 400 g  
Rädisor 1 förp

### Att ha hemma ●

Olivolja, Salt, Smör,  
Svartpeppar, Vatten,  
Vetemjöl

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 kycklingbuljong. Koka ca 5 min. Tillsätt vispgräde 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. Klyfta resten av den använda citronen. Servera smörstekt torsk med citronsås, frästa grönsaker, citronklyfta, rädisor och kokt potatis.