



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Sitron- og honningbakt laksefilet med ovnsbakte beter og potetbåter, toppet med pepperrotømme

## Ovnsbakte beter og potetbåter

350 g poteter  
1 stk gulbete  
1 stk rødbete

## Sitron- og honningbakt laksefilet

½ stk sitron  
1 pakke honning  
270 g laksefilet  
🏠 2 ss smør

## Pepperrotømme

1 bit pepperrot  
150 g lettømme  
1 pakke kryddermiks med sennep og dill  
½ stk sitron

🏠 bakepapir (kan sløyfes)  
🏠 olje  
🏠 salt  
🏠 pepper

- 1 Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.
- 2 **Ovnsbakte beter og potetbåter:** Skyll potetene. Skrell betene. Kutt betene og potetene i båter (se tips). Fordel grønnsakene utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek grønnsakene på nederste rille i ovnen i 20–25 minutter, eller til de er gylne og gjennomstekte.
- 3 **Sitron- og honningbakt laksefilet:** Skyll sitronen, og finriv skallet (kun det gule) på et rivjern. Varm opp en liten kjele til middels høy varme, og ha i 2 ss smør. Rør inn skallet fra sitronen, saften fra halve sitronen og honningen. Gi det hele et raskt oppkok, og ta kjelen av varmen.
- 4 **Sitron- og honningbakt laksefilet, fortsettelse:** Krydre fisken med salt og pepper, og legg den i en smurt ildfast form. Hell over sitron- og honningsmøret. Sett formen med fisken midt i ovnen, over grønnsakene, når det gjenstår 8–10 minutter avgrønnsakenes steketid. Stek fisken ferdig med grønnsakene.
- 5 **Pepperrotømme:** Skrell og finriv 1–2 ss av pepperroten på et rivjern. Bland lettømmen og kryddermiksen i en serveringsskål, og smak til med pepperroten, saften fra resten av sitronen, salt og pepper.
- 6 Nyt måltidet!

**Tips fra kokken:** Det kan være lurt å bruke engangshansker eller rene oppvaskhansker når du kutter rødbeten, da den farger av.