



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Fish & chips med frisk råkostsalat, ertepuré, sitron og remulade

Ovnsbakte poteter

350 g poteter
1 pakke urtemiks

Panert fisk

360 g panertorsk

Ertepuré

250 g grønne erter
2 ss smør

Revet gulrot

½ stk sitron
2 stk gulrøtter

Tilbehør

1 pakke remulade
½ stk sitron
salt
pepper
olje
bakepapir (kan sløyfes)

- 1 Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
- 2 **Ovnsbakte poteter:** Skyll og kutt potetene i båter. Fordel potetene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek potetene i ovnen i 20–25 minutter, eller til de er gyldne og gjennomstekte. Vend inn urtemiksen når potetene er ferdig stekte.
- 3 **Panert fisk:** Legg fisken på et stekebrett med bakepapir, og stek den i ovnen i 12–15 minutter, eller til den er gyllen og sprø.
- 4 **Ertepuré:** Kok ertene i lettsaltet vann i 2–3 minutter. Sil av vannet, tilsett 2 ss smør, og kjøør det hele til en jevn puré med en stavmikser. Smak til med salt og pepper.
- 5 **Revet gulrot:** Kutt sitronen i båter. Skrell gulrøttene, og grovriv dem på et rivjern. Ha gulrøttene i en bolle, og smak til med saft fra sitronen.
- 6 **Tilbehør:** Server remuladen og resten av sitronbåtene til retten.

Tips fra kokken: Tradisjonelt serveres fish & chips med malt- eller løkeddik. Det er ikke så vanlig å ha hjemme på kjøkkenbenken i Norge, men bruk gjerne eplecidereddik eller hvitvinseddik for den tradisjonelle smaken.