



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Krydderbakt laksefilet med grønnkålspoteter, stekte rotgrønnsaker og kremet pepperrotsaus

## Grønnkålspoteter og krydderbakt laksefilet

350 g poteter  
50 g strimlet grønnkål  
270 g laksefilet  
½-1 pakke kryddermiks med sennep og dill

## Stekte rotgrønnsaker

2 stk gulrøtter  
300 g kålrot

## Kremet pepperrotsaus

1 bit pepperrot  
½-1 pakke grønnsaksbuljong  
1 pakke lett crème fraîche  
🏠 1 dl vann  
🏠 1 ss smør

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

- 1 Varm opp stekeovnen til 210 grader varmluft.
- 2 **Grønnkålspoteter og krydderbakt laksefilet:** Skyll og kutt potetene i skiver. Fordel potetene utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek potetene i ovnen i omtrent 20 minutter.
- 3 **Stekte rotgrønnsaker:** Skrell og kutt gulrøttene og kålroten i jevnstore terninger. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek rotgrønnsakene i omtrent 15 minutter, eller til de er møre. Krydre med salt og pepper.
- 4 **Grønnkålspoteter og krydderbakt laksefilet, fortsettelse:** Ta potetene ut av ovnen når det har gått omtrent 12 minutter av steketiden, og vend inn grønnkålen. Legg fisken oppå potetene og grønnkålen, og krydre fisken med kryddermiksen. Stek det hele videre i ovnen i omtrent 8 minutter, eller til fisken flaker seg ved et lett trykk med fingrene.
- 5 **Kremet pepperrotsaus:** Skrell og finriv pepperroten på et rivjern. Kok opp 1 dl vann og grønnsaksbuljongen i en liten kjele. Ta kjelen av varmen, og rør inn crème fraîche og 1 ss smør. Smak til sausen med pepperroten, salt og pepper.
- 6 Nyt måltidet!

**Tips fra kokken:** Hvis du vil gjøre tilberedningen enklere, kan du steke rotgrønnsakene i ovnen med potetene.