



Detta recept är ett samarbete med ViktVaktarna. Har du frågor om receptet eller ViktVaktarnas program, hör av dig till matkasse@viktvaktarna.se



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

🕒 20 - 30 min 👤 2 PORTIONER 📅 Fisk - bra att laga tidigt i veckan!

Points®värde per portion

10

Lax med kokt potatis, dill och äppelremoulade

Lax

Laxfilé 2 st
🏠 Salt 2 krm
🏠 Flytande margarin 1 tsk

Äppelremoulade

Grönt äpple ½ st
Dill 10 g
Matyoghurt 1 dl
Majonnäs 1 msk
Flytande honung ½ tsk
Curry 2 krm
🏠 Vitvinsvinäger 1 tsk

Till servering

Småpotatis 400 g
Snackgurka 1 st
Dill 10 g

- 1. Lax:** Krydda laxfilé med salt och låt stå till punkt 5.
- 2.** Koka potatis mjuk i lättsaltat vatten. Dela stora potatisar för kortare koktid.
- 3. Äppelremoulade:** Tärna grönt äpple smått och hacka all dill. Lägg hälften av dillen i en skål, spara resten till servering.
- 4.** Blanda ned äpple, matyoghurt, majonnäs, vitvinsvinäger, flytande honung och curry i skålen med dill.
- 5. Lax:** Hetta upp flytande margarin i en stekpanna. Stek laxen ca 3 min per sida, tills den är klar.
- 6. Till servering:** Skiva snackgurka tunt. Servera stekt lax med kokt potatis, äppelremoulade och gurka. Toppa med hackad dill.