



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 panert torsk

### 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 gylne 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 kjør 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 gro riv 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.