inköpslistan.se

Av: Anders Natanaelsson

- 4 port
- Fisk, Huvudrätt

FIKSFÄRS

Ingredienser

400 g fiskfile
(fryst fisk går utmärkt)
1 tsk salt
$^{1}/_{4}$ tsk vitpeppar *(mald vitpeppar)*
30 g smör *(rumsmjukt eller margarin)*
3 dl mjölk *(kokt eller vispgrädde)*
2 msk vetemjöl
1 msk potatismjöl
2 st ägg
1 g dill *(en liten knippa)*

Gör så här

Koka upp mjölken som hastigast och låt den svalna av till rumsvärme. Tina fisken om den varit fryst. Smörj och bröa en vanlig bakform, som rymmer ca 1,5 liter.
Montera metallkniven. Skär fiskfiléerna i mindre bitar, ca 4x4cm. Lägg bitarna apparat-skålen tillsammans med alla ingredienser utom mjölken eller grädden och dillen. Dillen läggs i allra sist.
Kör igång maskinen, tillsätt mjölken eller gärdden genom tubröret och kör inte längre än att smeten är jämn. Stanna maskinen. Lägg i dillvippor, men inga stjälkar. Blanda några sekunder till dillen är hackad.
Häll färsen i den smorda formen*, som inte bör fyllas till mer än 2/3 eftersom pastejen stiger lite under gräddningen.

I Ugn
Täck ev formen med aluminiumfolie och ställ formen i en långpanna.
Fyll långpannan med varmt vatten, så att det når upp till drygt halva färsformens höjd. Gärdda så i vattenbadet i 200 grader ugnsvärme i 50-60 minuter.

I microugn
Täck formen med lock eller smörgåspapper. Gärdda på effektläge 7 i 15-18 minuter. Vird formen mot slutet av gräddningen. Låt färsen vila i 10-15 minuter.

Låt färsen svalna en aning i formen, lossa den sedan runt kanten med en böjlig kniv och stjälp upp färsen på ett fat.
Färsen kan serveras varm som den är eller också skivas sedan den kallnat (den kan lagras en dag i förväg) och gratineras med en vanlig vitvinssås och lite mild riven ost.

*Tips
Lägg en bit smörpapper i formen så fastnar inte färsen så lätt.

Kan serveras med traditionella tillbehör som t.ex. en sås med räkor och dill eller med Hollandaise-sås som gärna i sista stund har blandats med färska, flådda och hackade (och urkärnade) tomater och lite dill. I båda fallen passar det bra med färskpotatis eller pressad kokt potatis.