

inköpslistan.se

Av: Malin Zovic

4 port

Fisk, Huvudrätt, Budget, Lättlagat, Vegetariska

FISK I PAPRIKASÅS

Ingredienser

600 g torskfile
1 st lök, gul
2 st paprika, gul
1 msk smör
2 msk vetemjöl
3 dl buljong, fisk
1 dl grädde, matlagning
salt
svartpeppar
ris
potatis
haricots verts
1 st lök, röd

Gör så här

Fräs lök och paprika i smör. Häll på mjöl och rör om. Häll på buljong och grädde och låt koka i 3 min. Mixa och smaka av med salt och peppar. Stek fisken.

Servera med ris eller potatis. Haricots verts och rödlök.