

inköpslistan.se

Av: Linnea

- 3 port
- Fisk, Huvudrätt, Lättlagat

FISKFILE I KOKT SÅS

Ingredienser

3 msk vetemjöl
3 dl vatten
1 tärning buljong, fisk
1 dl vispgrädde
2 msk margarin
1 msk citron *(pressad)*
500 g torsk *(Djupfryst)*

Gör så här

Tina fisken litegrann bara.

Skär i 2 cm tjocka skivor eller kuber.

Sås: Ta en låg kastrull / Stekpanna. Vispa mjölet med vatten och lägg i buljong, grädde och smör.

Koka upp och rör om par minuter. Det måste bli mycket tjock för der finns så mycket vatten i fisken. Tillsätt Citron.

Lägg i fisken och sätt på lock och låt det puttra i ungefär 10 minuter.

Servera med potatis eller nykokt ris och citronpeppar!

Smakligt måltid!!