



- ▮ 4 port
- ▮ Fisk, Huvudrätt, Lättlagat, Vardag, I ugn

FRASIG PANKOPANERAD LAX MED STEKT POTATIS, SPARRIS

Lax, vilken fantastisk råvara. God, fräsch och hur lätt att variera som helst.

Ingredienser ▮

4 st laxfile
 100 g panko (eller ströbröd)
 2 msk basilika (Hackad)
 2 msk parmesan (riven)
 1 msk olivolja
 salt
 svartpeppar

▮ Serveras med

4 port potatis (stekt)
 1 knippe sparris
 1 st lök, gul

Gör så här ▮

1. Skala och koka potatis
2. Blanda panko, basilika, parmesan, olivolja och salt och peppar efter smak och lägg i en djup tallrik eller på ett fat.
3. Tryck laxfiléerna mot blandningen så att de blir panerade runt om.
4. Lägg filéerna på bakplåtspappersklädd plåt eller i lätt smord ugnform och tillaga i ugnen ca 10 minuter på 225°.
5. Låt laxen vara lite "köttig" längst in. Kolla så att fiskköttet flikar sig fint innan du är nöjd med tillagningen.
6. Stek potatis, gul lök och sparris