

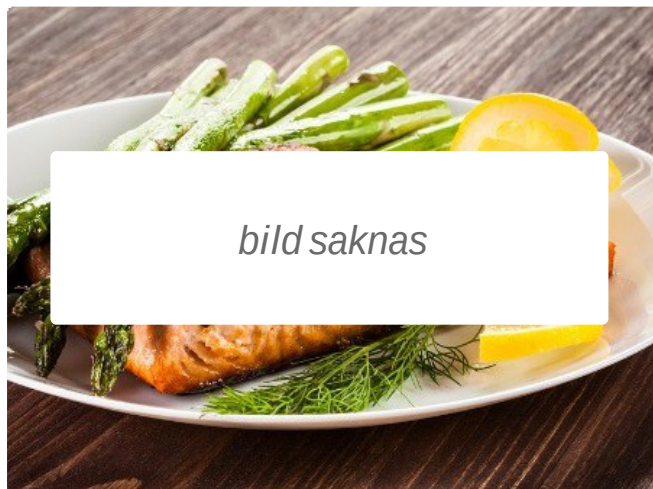


bild saknas

- ▮ 4 port
- ▮ Fisk, Huvudrätt, Lättlagat

KOKT TORSK MED ÄGG SÅS

Ingredienser ▮

4 filéer torsk (600 gram)
1/2 tsk salt
1 tärning buljong, fisk (5 dl)
1 st ägg
1,5 msk vetemjöl
3 dl mjölk, mellan
1/2 krm salt
1 krm vitpeppar
2 msk persilja

Gör så här ▮

Börja med såsen. Hårdkoka ägget. Skala och hacka ägget. Ställ åt sidan. Vispa ihop mjöl och lite av mjölken i en kastrull. Tillsätt resten av mjölken. Låt koka ca 3 min. Smaksätt med salt och peppar. Ställ såsen åt sidan.

Koka upp fiskbuljongen i en vid kastrull. Skär fisken i portionsbitar. Salta och lägg ner dem i buljongen. Koka på svag värme under lock ca 3 min. Tag upp fisken med hålslev och håll den varm. Koka upp såsen. Vänd försiktigt ner persilja och ägg i den varma såsen. Servera fisken med såsen, kokt potatis och gröna ärter.