



bild saknas

- 2 port
- Fisk, Huvudrätt

LAX M. RISONIRÖRA V.V. 8,5P

Ingredienser

- 2 st laxfile (å 125g 4p)
- 1,5 dl risoni (6p)
- 1/2 tärning buljong, grönsak (0p)
- 1 tsk margarin, flytande (1p)
- 1/2 st squash (0p)
- 1 st paprika, gul (0p)
- 100 g champinjon (0p)
- 2 st scharlottenlök (0p)
- 1 dl creme fraiche, mini (max 5% 2p)

Gör så här

Lägg laxfiléerna i en ugnssäker form, strö över salt och peppar och ställ i ugn, 225 grader i ca 15 min.

Koka risoni i grönsaksbuljong enligt anv. Skär squash, paprika och svamp i bitar, hacka löken grovt. Fräs löken till den är mjuk i en kastrull. Blanda i squash, paprika och svamp, låt fräsa på hög värme i ca 4-5 min.

När risonen är klar, häll av vattnet och vänd ner det bland grönsakerna.

Blanda i fraiche. Smaka av med salt och peppar. Låt allt bli varmt. Servera med ruccolasallad och cocktail tomater.