

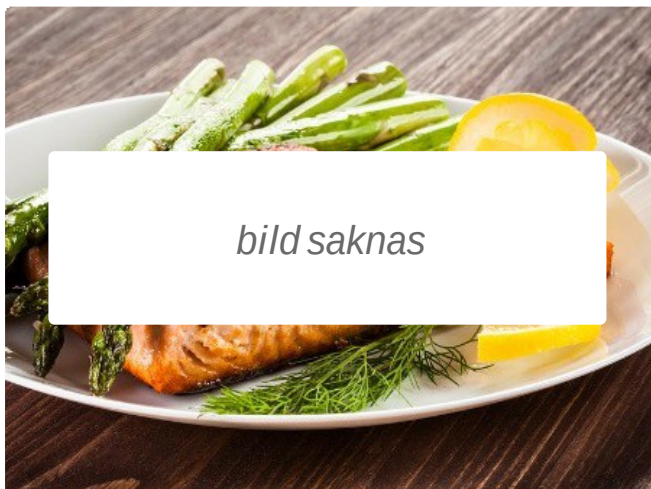


bild saknas

- ▮ 4 port
- ▮ Fisk, Huvudrätt, Lättlagat, Fest

RÖDSPÄTTA- ENKELT & FESTLIGT

Ingredienser ▮

450 g rödspättafile
(100-125 gram/pers)
 2 dl ris *(typ Uncle Ben)*
 2 tärningar buljong, fisk
 1 tsk salt *(3/4 - 1 tsk)*
 1 krm vitpeppar *(1/2 - 1 krm)*
 2 dl creme fraiche
(gärna fettsnål men kokbar)
 1 st citron *(saften av 1/2)*
 60 g stenbitsrom *(röd ger finast färg)*
 1 msk dill *(frusen funkår också)*

Gör så här ▮

1. koka riset (i stor kastrull med höjd ca 5-6 cm) under lock, enligt anvisningar men bara halva koktiden ca 10-12 minuter.
2. Lägg i fiskfilerna, dessa kan vara frusna.
3. Salta/peppra och fördela citronsaften över fisken.
4. Koka resterande tid på svag värme under lock, ca 8-12 minuter. Nu är riset & fisken kokta.
5. Blanda försiktigt ihop creme fraiche och stenbitrommen. Fördelas över fisken.
6. Garnera med citronskivor och dill.
7. Serveras direkt ur kastrullen.
 Ät och njut!!