



M unkebo
M and
M ad, der simrer

19. december 2013

Frokostret

Stegt rødspættefilet med hjemmelavet remoulade



Ingredienser:

1-1½ filet pr. person, æg, rasp, salt og peber, olie til stegning.

Hjemmelavet remoulade: 15 spsk god mayonnaise, 5 spsk creme fraiche min. 18%, 5 spsk finthakket kapers, 5 spsk finthakkede gulerødder, 5 spsk fint-hakket rødkål, 5 spsk finthakkede cornichoner (små grønne agurker), 5 spsk finthakket purløg, 5 spsk finthakket estragon eller kørvel (kan undlades), 5 spsk finthakket løg, 5 spsk citronsaft, 5 spsk grov sennep, salt, peber, sukker, gurkemeje til at justere farven (kan udelades).

Fiskefileterne skylles, renses og afdruppes for vand. Fileterne drysses med salt og peber og vendes i æg og rasp, hvorefter de steges på panden med god varme, ca. 2 min. på hver side. Hold varme i ovnen.

Remoulade: Hak hele svineriet fint og pænt. Så blander du hele molevitten sammen og smager til med salt, peber og lidt sukker. Hvis du vil have den gule farve, justerer du bare med gurkemeje.

Lad det trække ca. 30 minutter i køleskabet, så er du klar.