



Forret

Ørredfilet m. brøndkarse sauce og vanille majs

Ingredienser:

Antal personer: 4

Ørred:

- 4 stk. Ørredfiletter á ca. 120 gram
- 1 spsk. Olie
- 2 spsk. Smør

Sauce:

- 150 gr. Kartoffler
- 6 dl. Bouillon (grønsag)
- 1 stk Laurbærblad
- 1 stk. Chili (lille tørret)
- 0,5 dl. Fløde
- 1 spsk. Smør
- 1 bundt Brøndkarse
- 1 fed Hvidløg (lille, eller et ½)
- 1 knvsp. Ingefær
- 1 knvsp. Muskatnød

Majs:

- 200 gr. Majs (dåse)
- 2 spsk. Smør
- ½ stang Vanille
- Salt, peber og lidt stødt chili

Fremgangsmåde:

Ørred: Beklæd en bageplade med bagepapir og pensel papiret med olie, læg fisken herpå og dæk dem med film. Sæt dem i den forvarmede ovn (ca. 80°) i 10 – 12 min., pensel dem med lidt smeltet (brun) smør og kryd dem med lidt salt og chili.

Sauce: Skræl kartofler og skær dem i små tern. Kog dem i bouillon tilsat laurbærblad og chili i 20 - 25 min. (småsimre). Fjern laurbærblad og chili. Riv hvidløg og kom kartofler og de øvrige ingredienser i en blender. Blend til en jævn creme, som smages til med evt. mere krydderi.



Majs: Smelt smør på en pande ved svag varme, skrab vanillekornene af stangen og bland dem i smørret, kom majsene i og vend dem godt i blandingen, bemærk, skal ikke steges, krydr med salt, peber og en knivspids chili.

Servering: Anrettes på tallerken. Læg først den lune sauce på den forvarmede tallerkenen (på størrelse med et stort spejlæg), drys majs ovenpå og læg tilsidst ørreden på.

En flot og anderledes forret.