

Bagt torsk på lun salat med sauce Nagé

4 personer

Ingredienser:

4 stk torsk
1 lillespidskål
3 skiver serano
125 g sukkerærter
125 g ærter
2 gulerødder
1 rødløg
½ fl hvidvin
½ l fløde
¼ bdt fint hakket purløg
2 skiver rugbrød
Smør
Olie

Fremgangsmåde:

Fjern skorpen fra rugbrødet, hak det og steg det gyldent i smør. Tør rugbrødet i ovnen ved 180° til det bliver hårdt men ikke brændt. Blend det hakkede rugbrød helt fint.

Gulerødder og rødløg snittes, og sautes i en gryde, men må ikke tage farve. Tilsæt hvidvin og reducer til ⅓. Væsken sies fra og hældes tilbage i gryden. Tilsæt fløde og kog sauce tyk.

Spidskål, sukkerærter og seranoskinke skæres i fine strimler og sautes kort før servering ved svag varme i en gryde med lidt olie.

Torsken krydres med salt og peber, og bages i ovnen ved 180° i ca 6 min, tjek om lamellerne lige løsner sig lidt når man trykker på den.

Anret fisken på den lune salat, hæld sauce over og drys med purløg og rugbrød.

