

# Ugnsbakad Havskatt

4 personer

## Fisk

Ca 250 havskattfile per person

2 vitlösklyftor

Olivolja

Salt och peppar

## Brynt smörvinaigrette

1 gul lök i klyftor

Saft av en ½ citron

1 tsk socker

100 g smör

2 urkärnade strimlade tomater

Färsk dragon

Salt och peppar

## Garnering

1 blomkålshuvud i buketter

50 g skalad rostad mandel

## Blåmusslor

1½ dl vitt vin

16 borstade rensade blåmusslor

## Tillagning

### Ugnsbakad havskatt

Smörj en plåt med olivolja och strö salt över.

Lägg på fisken. Skär vitlösklyftorna tunt och lägg dessa på fisken, lite olivolja samt salt och peppar, låt stå och marinera i ca 30 minuter.

Baka fisken i ca 175° i ca 10 minuter prova med termometer max 55°

### Brynt smörvinaigrette

Koka den gula löken i citronsajt och socker någon minut.

Bryn smöret i stekpanna tills det är gyllenbrunt. Sila smöret och häll det över löken.

Tillsätt övriga ingredienser och smaka av med salt och peppar.

### Garnering

Rosta blomkålsbuketterna i 200° ugnsvärme med lite salt och olivolja cirka 10 minuter.

Rosta mandel i en stekpanna utan fett.

### Blåmusslor

Koka upp vinet i en vid kastrull och tillsätt musslorna. Ånga dem under lock 4—5 min tills de är klara. Plock bort de musslor som inte har öppnat sig.

### Servering

Lägg upp fisken på en tallrik. Häll vinaigretten över och servera de nykokta blåmusslorna i sina skal bredvid. Garnera med rostad blomkål och mandel.

Serveras med nykokt potatis i separat skål

