



Havets Läckheter med Torskrygg,Lax,Räkor o Kräfta

Recept 4 pers.

300 gr Torskfilé

200 gr Laxfilè

500 gr räkor m skal

4 st kräftor (för dekorering)

1 Purjolök

3 morötter normala

1 gul lök

1 msk smör

2 msk tomatpurè

6 tsk salt

2 tsk timjan i brk

2 tsk basilika i brk

4 dl torrt vitt vin

2 Fiskbuljong tärning

5 dl matlagningsgrädde

2 dl Creme fraiche 34%

4 dl vatten

2 fänkål normal

Chiabata bröd

Tillagning:

1. **Tina fisken om den är frusen.**
2. **Skölj o skär purjolöken i runda ringar, morötterna skärs i ätvänliga stavar, fänkålen skärs i mindre bitar o hacka löken.**
3. **Smält smöret i en stor gryta. Fräs löken utan att den tar färg, därefter morötterna o fänkålen i ett par minuter tills de blivit mjuka. Blanda i tomatpurén, salt, timjan o basilikan. Fräs detta en kort stund.**
4. **Tillsätt vinet o buljongtärninarna o koka ett par minuter. Lägg därefter i purjolöken**
5. **Häll i grädden, klicka i creme fraichen i omgångar o häll i vattnet. Sjud i 15 min.**
6. **Skär torsken o laxen i mindre bitar. Lägg dem i grytan o sjud ca 7 min tills fisken blivit fast.**
7. **Gör en sista avsmakning beträffande sältan.**
8. **Skala räkorna o tillsätt dem direkt i tallriken vid serveringen. Servera med chiabatta brödet.**

VARMA TALLRIKAR

