

Lax- och kräftfylld rödtunga

4 personer

1 kg potatis
200 g laxfilé (utan skinn och ben)
1 tsk salt
1 ägg
1 dl vispgrädde
½ burk kräftstjärter i lake (390g)
1 krm cayennepeppar
4 dubbla filéer rödtunga ca 100-125gr
salt, peppar
2 dl vitt vin till fisken
2 dl vatten + 2 msk konc fiskfond till såsen
2 dl lättcrème fraiche
½ dl hackad dill, djupfryst
1 purjolök
100 g färska sockerärter eller djupfryst
1 msk olivolja
1 bunt färsk dill

1. Skala och koka potatisen i lättsaltat vatten.
2. Skär laxfilén i bitar. Mixa dem med saltet i matberedare i ca 30 sekunder.
3. Tillsätt ägget och mixa ytterligare ca 30 sekunder till en fast färsliknande konsistens.
4. Tillsätt grädden, lite i taget och mixa stötvis tills grädden helt blandat sig med färsen.
5. Låt kräftstjärterna rinna av, krama försiktigt ut överflödigt vätska. Dela kräftstjärterna och blanda ner i färsen. Krydda med cayennepeppar.
6. Sätt ugnen på 175 grader. Fördela färsen på mitten av varje dubbelfilé . Vik över ändarna och forma till rullar. Lägg dem i en smörad ugnssäker form. Krydda med salt och peppar.
7. Tillsätt vinet så det täcker fisken och täck formen med ett smörat bakplåtspapper. Ställ in i ugnen i ca 30 minuter. Använd gärna stektermometer; innertemperaturen ska bli ca 50 grader. Låt vila ett par minuter före servering.
8. Sås: koka upp vatten och fiskfond. Vispa ner crème fraichen. Låt koka ihop några minuter. Smaka av med salt och peppar. Vänd ner dillen i såsen.
9. Skär purjolöken i tunna ringar. Skölj dem i vatten. Låt rinna av på en handduk. Fräs sockerärter och purjolök mjuka i olja ca 2 minuter. Smaka av med salt och peppar.
10. Fördela grönsakerna på varma tallrikar. Lägg på fisken. Skeda över såsen. Servera med kokt potatis. Garnera med kräftstjärter och en dill kvist.

Lax- och kräftfylld rödtunga

4 personer

1 kg potatis
200 g laxfilé (utan skinn och ben)
1 tsk salt
1 ägg
1 dl vispgrädde
½ burk kräftstjärter i lake (390g)
1 krm cayennepeppar
4 dubbla filéer rödtunga ca 100-125gr
salt, peppar
2 dl vitt vin till fisken
2 dl vatten + 2 msk konc fiskfond till såsen
2 dl lättcrème fraiche
½ dl hackad dill, djupfryst
1 purjolök
100 g färska sockerärter eller djupfryst
1 msk olivolja
1 bunt färsk dill

1. Skala och koka potatisen i lättsaltat vatten.
2. Skär laxfilén i bitar. Mixa dem med saltet i matberedare i ca 30 sekunder.
3. Tillsätt ägget och mixa ytterligare ca 30 sekunder till en fast färsliknande konsistens.
4. Tillsätt grädden, lite i taget och mixa stötvis tills grädden helt blandat sig med färsen.
5. Låt kräftstjärterna rinna av, krama försiktigt ut överflödigt vätska. Dela kräftstjärterna och blanda ner i färsen. Krydda med cayennepeppar.
6. Sätt ugnen på 175 grader. Fördela färsen på mitten av varje dubbelfilé . Vik över ändarna och forma till rullar. Lägg dem i en smörad ugnssäker form. Krydda med salt och peppar.
7. Tillsätt vinet så det täcker fisken och täck formen med ett smörat bakplåtspapper. Ställ in i ugnen i ca 30 minuter. Använd gärna stektermometer; innertemperaturen ska bli ca 50 grader. Låt vila ett par minuter före servering.
8. Sås: koka upp vatten och fiskfond. Vispa ner crème fraichen. Låt koka ihop några minuter. Smaka av med salt och peppar. Vänd ner dillen i såsen.
9. Skär purjolöken i tunna ringar. Skölj dem i vatten. Låt rinna av på en handduk. Fräs sockerärter och purjolök mjuka i olja ca 2 minuter. Smaka av med salt och peppar.
10. Fördela grönsakerna på varma tallrikar. Lägg på fisken. Skeda över såsen. Servera med kokt potatis. Garnera med kräftstjärter och en dill kvist.