

Smörstekt fjällröding med rödlök, fläsk och Jordärtskockspuré

Ingredienser för 4 personer

4 Rödingfiléer á ca 150g med skinn. När fisken är filéad måste man även dra pinnbenen med en pincett.
Olivolja, salt och svartpeppar

Picklad rödlök

2 rödlökar, tunt skivade
½ dl ättikspirit
1 dl socker
2 dl vatten
4 lagerblad

Jordärtskockspuré

400 g skalad jordärtskocka
1 gul lök, grovhackad
1 vitlöksklyfta, hackad
2 dl grädde
2 dl mjölk
salt och lite citronsaft

Fläskröra

150 g varmrökt sidfläsk som tärnas
ca. 10 inlagda rödbetsskivor, tärnade
2 matsk. kapis
Surdegskrutonger
Citronskal

Tillagning

1. gnid in fisken med olja, salt och peppar. Stek fisken till ca. 45° innetemperatur. Försök att få skinnet lite knaprigt.
2. Koka upp ättika, socker, vatten och lagerblad. Lägg i löken och låt svalna.
3. Koka skocka, lök och vitlök mjuk i grädde och mjölk. Sila av vätskan och spara denna. Mixa krämen slät. Späd försiktigt med vätskan.
4. Stek fläsket lätt knaprigt i stekpanna på medelvärme. Slå på rödbetorna och kapisen, låt steka samman. Låt allt rinna av en stund på hushållspapper. Garnera sedan med fläsket, krasse, krossade surdegskrutonger och citronskal.
5. Surdegskrutonger gör du på en baguette som skivas så tunn som möjligt. Pensla med olivolja och strö över flingsalt. Rosta i ugn på 180° i ca. 7 min. Låt svalna och krossa lagom stora bitar.

