

Ugnsbakad regnbåge med citron och örter

Snabb och festlig rätt som passar lika bra till vardagsmiddag som till middagsbjudningar. Passar även bra att göra med annan fisk.

4 portioner

Ugnsbakad regnbåge:

800 g benfri regnbågsfilé med skinn

1 citron

½ dl hackade färska eller frysta

örter (t ex basilika, dill, persilja och gräslök)

Salt, peppar



Lägg den sköljda fisken i en ugnsfast form, salta och peppra. Strö över örterna, skiva citronen och lägg på fisken. Stek i ugnen i 175° ca 20 minuter. Fisken skall vara genomstekt och detta kan du lätt kolla med hjälp av en liten kniv, den skall vara mjuk rakt igenom, alternativt 55° innertemperatur.

Romsås:

3 dl creme fraiche

½ dl majonnäs

30 g rom

Lite hackad färsk persilja

Salt, peppar

Blanda ihop creme fraiche, majonnäs, persilja och smaka av med salt och peppar. Rör till sist i rommen försiktigt med en slickepott.

Servera gärna med nykokt färskpotatis.

Smaklig måltid önskar Lena o Hugo Rundberg