

# Dampet torsk med græskar og feta

Mandag 3. februar 2020

## Ingredienser

800 gr. Torskefilet eller anden hvid fisk

1 hokkaido incl. Kerner

2 fennikler

1 spsk. Olie

Salt, peber

2 fed hvidløg

3 stilke rosmarin

2dl grønsagsboullion

(vand og 2 spsk. Boullion)

2 dl piskefløde

½ citron

150 gr. Feta

Serveres med flutes eller kartofler

## Fremgangsmåde

Tænd ovnen på 200°. Skrub eller skræl græskarret.

Halvér det på langs, og fjern kernerne med en ske (gem til pynt). Skær græskarkødet i mundrette tern, og fordel det i et ovnfast fad.

Rens fennikler, skær dem i grove skiver, og læg dem i fadet. Vend græskar og fennikel i olivenolie. Krydr let med salt og peber, og sæt fadet i ovnen i 25 minutter, til græskarternene begynder at blive sprøde.

Pil og pres hvidløg. Hak rosmarin fint. Vend hvidløg og rosmarin i fadet. Tilsæt boullion, fløde og citronsaft, og læg torsken øverst. Krydr med salt og peber, og top med smuldret feta og græskarkerner. Sæt fadet i ovnen i yderligere 10 minutter, til torsken er gennemstegt.