

Stegt laks med svampe og stuvet spinat

Mandag 27. februar 2017

Ingredienser

4 stykker laks med skind
2 fed hvidløg
750 g små kartofler
2½ dl piskefløde
2 bakker spinat
2 stk. skalotteløg
1 bakke champignons
salt og peber

Opskriften er til 4 personer

Fremgangsmåde.

Skrab/skrub kartoflerne, og halver dem. Kog dem derefter i vand med salt i 8-10 min. Dræn vandet fra, og tilsæt med det samme en klat smør, lidt olivenolie og salt og peber til gryden. Læg låg på igen og ryst rundt. Kom kartoflerne i et ildfast fad med bagepapir i bunden. Sæt fadet i en forvarmet ovn ved 225 grader, til kartoflerne er gyldne og sprøde (ca. 15-20 min).

Svampe og spinat

Skyl svampene grundigt, dup dem tørre og skær dem i 3-4 mm tykke skiver. Rist svampene af i lidt smør i en tykbundet gryde.

Når svampene er gyldne, tilsættes finthakket hvid- og skalotteløg og der krydres med salt og peber. Rist i yderligere 30 sekunder.

Skyl spinaten grundigt 2 gange, og lad den helt afdryppe, gerne i en salatslynge. Kom spinaten i gryden til svampe og løg. Lad spinaten falde sammen, mens du rører i det.

Tilsæt fløde og kog retten ind til en let cremet konsistens. Smag til med salt og peber.

Laks

Krydr laksen med salt på begge sider. Steg den på skindsiden i olie/smør på en pande. Steg fisken ved moderat til høj varme i ca. 3-4 min. (afhængig af tykkelse). Vend fisken, når skindet er sprødt og gyldent, og steg derefter i meget kort tid (ca. 1 minut) på den anden side. Krydr med friskkværnet sort peber.

Eller steg fisken i ovnen i ca. 8-10 minutter.

Når den føles fast er den stegt, pas på ikke at steg for længe, så bliver laksen tør.