

Citronrisotto med stegt sejfilet

Mandag 17. marts 2025

Ingredienser

600 gr. Mørksej

100 gr. bacon i tern

40 gr. smør

Spsk. olie

Lidt sukker

Salt og peber evt. citronpeber

Citronrisotto

400 gr. risotto ris

4 skalotteløg, finthakket (det skal svare til et almindeligt løg)

4 fed hvidløg

1 citron, saft og fintrevet skal heraf

3 dl ærter, optøede

Ca. 150 gr. parmesan, revet

9 dl bouillon, jeg bruger kylling eller grøntsagsbouillon

4 dl tør hvidvin

1/2 dl olivenolie, måske lidt mere

Salt og peber

Evt. ærteskud til toppen

Fremgangsmåde

Varm olien op i en gryde, og steg løg og hvidløg til de er klarede.

Hæld risene over og steg dem med i 3-5 min. ved middel varme, tilsæt evt. lidt mere olie så ikke de brænder på.

Hæld hvidvin på, og lad den reducere til det halve ved middel varme.

Tilsæt bouillon lidt ad gangen, og kog risottoen ved svag-middel varme til risene er al dente, ca. 20 min, tilføj bouillon undervejs så resultatet bliver cremet og lækkert.

Rør til sidst ærter, revet parmesan og citronskal i risottoen, smag til med citronsaft, salt og masser af peber, og juster evt. konsistensen med yderligere varm bouillon hvis risottoen er blevet for fast.

Resultatet bliver cremet og lækkert.

Fisken

Varm lidt olie på en pande og steg baconen sprød. Hak den fint og læg den til side. Rens fisken for urenheder. Dup det tørt tørre. Drys med en smule sukker og salt og lad med trække i 5 min. Smelt smør og olie på en pande ved middel varme, det skal lige akkurat bruse. Steg mørksejen på den ene side i ca. 3-4 min., - alt efter tykkelse, sluk derefter for panden, vend fisken og lad den trække færdigt på eftervarmen fra panden i et par minutter.

Anret risottoen i en dyb tallerken, læg fisken ovenpå, drys med bacon og