

Rödingfilé på spenatbädd med sparriskräm

Till 10 personer

4st rödingfiléer

1pkt grön sparris

1pkt vit sparris

1pkt baby spenat

4st schalottenlök

2dl grädde

100g smör

5dl grönsaksbuljong

1 krukaregano



Beredning

Dela rödingen i 10 portionsbitar dessa skall halstras innan servering.

Koka sparrisen spara knopparna till garnering mixa resterande sparris med grädde och buljong och oregano sila av och runda av såsen med smöret.

Hacka schalottenlöken fint fräs denna i stekpanna sväng sedan löken med spenaten en kort stund.

Lägg den halstrade rödingen med skinnet upp på en bädd av spenat och lök ringla sedan sparrissåsen runt detta garnera med sparrisknoppar och oregano.

Ni saltar och pepprar efter behov under tillagningsprocessen .