

*Den här rätten är pysslig att äta, men det är kört består. Och så behövs man en STOR stekpanna.*

4 portioner

4 hela rödspättor, à 300–400 g  
1 dl vetemjöl  
2 dl ströbröd  
salt och vitpeppar  
smör till stekning

Garnityr

300 g inlagda rödbetor  
100–150 g smör till stekning  
5 msk kapis  
1 dl hackad dill

- Skär bort huvudet på rödspättorna och rensa bort inälvorna. Klipp bort fenorna runt om. Skölj fisken och torka bort slemmet.
- Vänd rödspättorna i en blandning av mjöl, ströbröd, salt och peppar.
- Hetta upp rejält med smör i en stor stekpanna och stek rödspättorna i 4–6 minuter på varje sida (först med ovansidan ner) på medelvärme. Ta upp dem och håll dem varma i ugnen på 100° i långpanna.
- Tärna rödbetorna. Torka ur stekpannan och hetta upp smöret. Lägg i rödbetstärningarna och kapisen och bryn dem några minuter. Tillsätt hackad dill på slutet.
- Lägg fisken på varma tallrikar och håll över rödbetsblandningen. Servera med kokt potatis.

Variation: Servera den stekta rödspättan med remouladsås (se recept på s 275).