

Tjejröran den 13 mars 2023

**Avocadokräm med räkor och stenbitsrom**

**Det här behöver du till 6 förrätter:**

2-3 mogna avokado  
2-3 msk creme fraiche  
1 skvätt färskpressad citronsaft  
salt  
ev. cayennepeppar

**Garnering:**

handskalade stora räkor  
finhackad rödlök  
citronskiva  
stenbitsrom  
smörstekt bröd  
dill

**Gör så här:**

Mosa ihop alla ingredienser till avocadokrämen. Smaka av med citron, salt & ev cayennepeppar.

Häll upp i glasen och garnera med toppingen.  
Ställ in i kylen fram till servering.

## Fiskgratäng med lax och torsk

4 personer

Recept på fiskgratäng med lax, torsk och potatismos. I den här gratängen användes både lax och torsk, men du kan laga den med en fisksort

### **Mos**

10–12 medelstora potatisar, av mjölig sort  
50 g smör  
3 äggulor  
1,5 dl mjölk- varm  
salt

### **Fyllning**

1 purjolök  
2–3 msk rapsolja  
1 påsebabyspenat- ca 50 g  
salt- peppar  
250 g torskfilé  
250 g laxfilé  
1 msk smör- till formen

### **Sås**

0,5 dl vitt vin-torrt eller ½ msk  
färskpressad citronsaft  
3 dl vispgrädde  
3 dl parmesan- färskriven  
0,5 fiskbuljongtärning  
salt- vitpeppar

### **Till garnering och servering**

3 – 4 msk mandelspån  
1 msk dill- hackad  
4 portsugar snaps- eller sockerärter, kokta  
citronklyftor av vältvättad citron

## **Gör så här**

Skala och koka potatisen mjuk saltat vatten. Häll av och ånga av potatisen. Vispa den till jämn mos, använd elvisp. Vispa i smöret. Vispa i gulorna. Koka upp och vispa i den varma mjölken i omgångar, moset får inte bli för lös. Smaka av med salt. Låt svalna, men inte kallna och lägg potatismoset i en spritspåse med tyll.

Ansa, snitta, skölj och strimla purjon fint. Hetta upp oljan i en stekpanna, fräs i purjon ca 5 minuter, eller tills den blir mjuk. Tillsätt spenaten och fräs under omrörning tills spenaten mjuknar, ca 1 minut. Salta och peppra.

Skär fisken i ca 1 ½ cm tjocka skivor. Salta och peppra.

Lägg purjo och spenat i en smord ugnssäker form. Spritsa moset runt kanten. Lägg fisken i mitten.

Sätt ugnen på 200 grader.

Blanda vin, grädde och smulad buljongtärning i en liten kastrull och koka ihop ca 3 minuter. Blanda i osten. Smaka av med salt och vitpeppar. Häll gratängsåsen över fisken. Toppa med mandelspån.

Gratinera i övre delen av ugnen tills fisken är klar och rätten har fått fin färg, ca 25 minuter. Garnera med dillen. Servera med kokta sugarsnaps och citronklyftor.

## Citruscarpaccio och färskostkräm med smak av lime

### **Ingredienser 4 personer.**

1 kg citrusfrukter- blandade, t ex apelsiner, blodapelsiner, grapefrukt, pomelo, clementiner

### **Limekräm:**

100 g naturell färskost

0,5 dl florsocker

1 dl vispgrädde

0,5 lime

### **Garnering:**

mynta

### **Gör så här**

1. Skala citrusfrukterna med en vass kniv och skär bort allt det vita, beska skalet. Ta bort kärnorna. Skär frukten i skivor.
2. **Limekräm:** Vispa färskost och florsocker. Vispa grädden i en annan skål. Blanda försiktigt grädden med krämen. Skölj limen noga i ljummet vatten. Riv skalet och blanda ner det i krämen.
3. Läggs citrusfrukten på ett fat. Garnera med mynta. Servera med limekrämen.