Ädeltunga med pressad potatis

sön, 13/06/2010 - 15:19 Gunilla Ödin

- Veckans recept [1]

Veckans mattips, v.23
Åter en helg stugan, sitter i soffan o myser, kikar på fotboll och undrar när värmen ska komma? Jag har ingen direkt inspiration för att hitta "somriga" recept. Därför bjuder jag idag, åter igen, på ett enkelt och gott fiskrecept.

Ädeltunga med pressad potatis
1 portion (7 pp/port)

150 g platt vit fisk (t.ex. pangasius filé)
salt
citronpeppar
15 g 17% ädelost
1 skivad tomat
1 tsk ströbröd
1-2 tsk riven parmesanost
kokt pressad potatis

Skala o koka potatisen. Sätt ugnen på c:a 175-200 grader.
Lägg fisken i en lätt oljad ugnsfast form, salta och peppra. Skiva osten över fisken, lägg på tomatskivorna, strö över ströbröd och parmesanosten över tomaterna. Grädda mitt ugnen i 15-20 minuter.
Pressa potatisen och ät tillsammans med lite goda grönsaker som säsongen bjuder på.

Smaklig spis!

Källa till webbadress: http://www.xn--din-rna.se/blogg/deltunga-med-pressad-potatis

Länkar:
[1] http://www.xn--din-rna.se/category/artikelkategori/veckans-recept