

Grillede sild med pærer, brændte løg og karse

.4 personer

Ingredienser:

8 dobbelte friske sildefileter
2 løg
1 pære
1 bakke karse
1 dl olivenolie
1 usprøjtet citron
2 spsk. grov sennep
Salt og friskkværnet peber



Sådan gør du:

Fjern rygfinnen og læg fileterne på et spækbræt med skindsiden nedad. Krydr dem med salt, friskkværnet peber, lidt grov sennep og fintrevet citronskal. Luk fileterne sammen og læg dem på en tallerken og sæt dem i køleskabet.

Halvér løgene, men behold skallen på. Varm en pande op og læg de halve løg på panden med skærefladen nedad og lad dem "brænde" i 4-5 min. indtil de nærmest er helt sorte. Kom vand på panden, så det dækker løgene. Kom derefter lidt salt, citronsaft og halvdelen af olivenolien på. Lad løgene koge stille og roligt i 15-20 min. til de er møre, men dog stadig holder på deres form. Kom løgene og væden op i en skål og lad dem køle let af.

Varm en grillpande op, kom lidt olie på og grill sildefileterne ca. 2 min. på hver side, så de får en flot gylden overflade og et sprødt skind.

Krydr de grillede sildefileter med salt og friskkværnet peber.

Læg 2 fileter på hver tallerken, del løgene ud i lag og læg 4-5 løgskaller på hver tallerken.

Skær pærer i helt tynde skiver på et mandolinjern og læg nogle skiver på hver tallerken. Drys med karse og ristet boghvede. Server evt. med et godt stykke rugbrød til.