

Stegt sennepsild med løgringe (1)

Lækkert fyld med cremefraiche, sennep, løg, æbler og tomater

4 Personer

Ingredienser

600 g sildefileter
2 stk. løg
1 stk. æble
300 g ærter, optøede
8 stk. tomater
lidt Citron timian

Fyld

3 spsk. sød sennep
3 spsk. cremefraiche 38%
lidt Lidt salt og peber
1.5 dl. hvedemel Stegt sennepsild med løgringe
lidt smør og olie



Sådan gør du

1. Åbn sildefileterne.
2. Rør fyldet sammen, og smør lidt på sildens kødside.
3. Luk sildene sammen, og vend dem i mel.
4. Steg dem gyldne på hver side i cirka 3 minutter.
5. Skær løgene i skiver, og vend dem i mel.
6. Steg dem gyldne i smør og olie på en anden pande.
7. Skær æble i tynde både, og steg dem møre.
8. Anret dem med ærter på 4 tallerkener.
9. Server med sild, løg, æble, radiser og et drys citron timian.