

Ørred i flødesovs

2 ørredfileter - cirka 800 – 1000 g

1 dåse hakkede tomater

250 g champignoner

1 stort løg

5 dl piske eller madlavningsfløde

Paprika, salt og peber

Fremgangsmåde:

Start med at forvarme ovnen til 175 grader. Herefter smøres et ildfast fad med smør eller olie. Læg fileterne i fadet og krydre fisken med salt peber og paprika. Skær herefter løget i små tern og de 250 g champignon i skiver. Hæld en dåse hakkede tomater ud over ørreden. Spred derefter løg ud over ørreden og derefter de skiveskårne champignoner. Efter at grøntsagerne og svampene har dækket ørreden hældes fløden udover.

Retten kan eventuelt krydres igen med salt, peber og paprika for at give de øverste grøntsager og champignon lidt mere smag.

Sæt fadet i den forvarmede ovn i 40 minutter.

Server løse ris eller kartofler til retten