

Fiskeragout – med torsk

Denne ret kan der bruges al slags hvide fisk.

1 kg filet

Saft af en citron

5 dl vand

salt og peber

1 laurbærblad

Sovs:

3 spsk. smør/margarine

3 spsk. mel

1½ dl bouillon eller fiskefond

2½ dl hvidvin

2 tsk. Citronsaft

Fyld:

2 æggeblommer

150 gr frosne rejer

150 gr champignon fra dåse/glas

4 sardiner i olie

1 bdt. persille

Fremgangsmåde:

Tør rejerne langsomt op. Vask og tør fiskefileterne og dryp dem med citronsaft. Læg dem i kogende vand tilsat salt, peber og laurbærblad og kog det næsten møre ved svag varme- ca. 5 min. Tag dem op med en hulske. Bag smør og mel med bouillon. Tilsæt hvidvin og citronsaft. Leger sovsen med æggeblommerne, der røres i sovsen.

Fiskefileterne, der er skåret i store stykker, afdryppede champignon og rejerne samt de halve udbenede sardiner varmes forsigtig i sovsen. Ved anretningen pyntes retten med små persilleduske.

Til retten serveres persillekartofler eller løse ris.