



Torskefilet med salatsaus, ovnsstekte tomater og hageurter

Categoria: Andre kurs **Difficoltà:** molto facile 🍴

Ingredienti per 2 porsjoner

- 2 torskefileter

For salatsausen

- 350 g salat
- 20 ml hvitvin
- 3.5 g salt
- ½ g Xantangummi
- 25 ml vann
- 22 ml ekstra virgin olivenolje
- 65 ml epleeddik

For de ovnsbakte tomatene

- 12 Piennolotomater
- 2 timiankvister
- 2 rosmarinkvister
- 1½ hvitløk
- 40 ml ekstra virgin olivenolje
- 3 g salt

Stek torskefiletene litt på hver side i en stekepanne på bakepapir med en klatt olje, salt og pepper.

Stek torsken ferdig i en forvarmet ovn på 175 °C i 5 minutter.

Vask og hakk salaten.

Bland salaten med eddiken og saltet.

La salaten marinere i 15 minutter.

Bland salaten med vann og eddik.

Sil salatsausen.

Ha i oljen og Xantangummien og rør.

Skjær opp piennolotomatene.

Legg tomatene på et stekebrett med olje, salt, hvitløk og urtene.



Stek i ovnen i 17 til 20 minutter ved 160 °C.

Plasser salatsausen på midten av hver tallerken.

Legg torskefileten på sausen.

Anrett piennolotomatene på torsken.

Pynt med hageurtene.

Nyt den er fra Europa!

