

MARINERET SANDART

med avocado, rød peber
og syrnede fløde

Denne forret smager helt
formidabelt, og så kan
den tilberedes i god tid
og vente i køleskabet, til
den skal ind på bordet.
Anrettes i et snuptag lige
før servering.

Opskriften er udviklet
af Herregårdskælderen
kok, Preben Madsen.



Restaurant Herregårdskælderen
Sønderskovgårdvej 2, 6650 Brørup

Forret til 4 personer:

½ dl. fløde

1 citron

1 spsk. fintskårne tern af rød peberfrugt (2 x 2 x 2 mm.)

1 tsk. olie

300 g sandartfilet uden skind

Salt & peber

1 stor avocado

2 spsk. fintskåret purløg

Grøn kvist (f.eks. brøndkarse) til pynt

4 udstikker ringe, Ø 7 cm.

Sådan gør du:

1. Pres saften af citronen, bland 1/3 af saften med fløden og lad det stå på køkkenbordet (gem resten af citronsaften).
2. Vend peberfrugttørnene i olien i et lille ovnfast fad og bag dem i ovnen ved 100°C i 30 minutter.
3. Skær sandartfileten i små tern (5 x 5 x 5 mm.), tilsæt citronsaft, salt & peber og lad det marinere i 30 minutter.
4. Skær avocadoen i små tern (5 x 5 x 5 mm.) og vend dem sammen med sandarten.
5. Tilsæt det fintskårne purløg og de afkølede peberfrugttørn – smag eventuelt til med ekstra salt og peber.
6. Fordel den marinerede sandart i 4 udstikker-ringe midt på tallerkenerne, rør den syrnede fløde let sammen, dryp syrnede fløde omkring retten og pynt med en grøn kvist (f.eks. brøndkarse). Fjern udstikker-ringene lige inden servering.

Serveres med brød og smør.

aquapri

handpicked luxury seafood