

PÅ TALLRIKEN:

MATBLOGG MED LOKALA RÅVAROR I FOKUS

UGNSBAKAD TORSK MED RÖDBETSKRÄM & SELLERIPURÉ



4 personer:

- 500 g Torskrygg
- 2 krm salt

Rödbetskrämen:

- 2 rödbetor färska eller förkokade
- 125 g smör, normalsaltat
- 1 ½ msk konc kalvfond. Om du gör fond själv, [se På Tallrikens fondsparande](#).
- 1 tsk balsamicovinäger
- 1 krm salt

Selleripurén:

- ½ rotselleri
- ½ fänkål
- 1 msk riven pepparot
- 50 g smör
- 1 dl vispgrädde
- 1 dl mjölk 3%

Gör så här:

Rödbetskräm:

1. Koka rödbetorna mjuka med skalet på så de behåller färgen, behåll spadet.
2. Bryn smöret, låt svalna.
3. Dra skalet av de varma rödbetorna, hacka dem grovt och mixa med lite av spadet i en blender.
4. Tillsätt fond, vinäger och salt, montera smöret och mixa till en jämn kräm. Smaka upp med mer fond, vinäger och salt till önskad smak.

Torskrygg:

1. Flå av skinnet och putsa torskryggen. Skär torsken på tvären i 3 cm tjocka bitar.
2. Ställ dem på en ugnsplåt med bakplåtspapper salta dem lätt runt om. Låt stå 20 min så de hinner bli lättrimmade. Baka av torsken på 175° i ca 12 min eller när torskens innetemperatur är 46°.

- 1 krm salt
- vitpeppar från kvarn

Friterad rödlök:

- 1 röd lök
- 1 ½ dl frityrolja

Dekoration:

- En kruka Oxalis (se bild)

Rotelleripuré:

1. Skala och hacka rotsellerin grovt, koka i lättsaltat vatten tills bitarna känns mjuka.
2. Hacka fänkålen fint, Julienne. Riv pepparroten på det finaste rivjärnet.
3. Stompa bitarna tillsammans med hackad fänkål, riven pepparrot, mjukt smör och vispgrädde till önskad konsistens. Tillsätt ev mer salt, fänkål och pepparrot, allt efter smak.

Friterad rödlök:

1. Skala och ansa löken. Skär löken i klyftor och friterar den i oljan på max 150° tills den ser bra ut och är krispig. Saknar du frityrmöjlighet steker du löken på medelvärme tills den ser fin ut.

Servering/montering:

1. Lägg upp på tallrik med rödbetskrämen i botten som en spegel, torsken stående som en stubbe i mitten. Spritsa rotsellerikrämen med grovt munstycke som små vita bollar runt om torsken. Du kan också göra bollarna med två teskedar om du saknar sprits. Placera löken vackert runt fisken och garnera med några blad oxalis. Om du inte hittar någon oxalis, använd lite friterad rödlök på toppen av torsken.