FISK

Tonfisk med krämig oliv- och paprikaröra

Kock: **Elisabeth Gabrielsson** Tid: **20 min** Portioner: **4**

Härlig stekt tonfisk med mumsig röra.

Tonfisk är riktigt gott och av någon märklig anledning så smakar den inte direkt fisk utan är mer lik ljust och mjällt kött. Här komponerat med en god röra med grekiska oliver, aioli och paprika.Det här är riktigt snabblagad mat som passar lika väl till helgbjudningen som lite lyxigare vardasmat. Du kan välja att servera den med ett härligt potatismos eller ris som även det passar fint till.

INGREDIENSER

20

4 stycken färskfrysta tonfiskskivor a`125-150 gram
4 kryddmått salt
2-4 teskedar färsk citronjucie
25 gram smör
1 matsked olivolja
1 matsked rapsolja
Paprikaröra
2 stycken hackade paprikor. röda, orange eller gula
1 burk zeta grekiska urkärnade oliver 170 gram avrunnen vikt
1.5 deciliter aioli typ felix

GÖR SÅ HÄR

1. Om tonfisken inte varit fryst så behöver den frysas i minst 3 dygn före denna tillagning.Börja tillreda det du väljer att ha till typ potatismos, ris eller något annat, då tonfisken blir färdig i en hast och bör ätas så snart den är färdig.

2. Hacka paprika och skiva oliverna, blanda ner i aiolin.Salta, citrondroppa och stek tonfisken på 75% av spisens kapacitet cirka 30-45 sekunder, den ska bara typ halstras och tiden är beroende av tjockleken på tonfiskskivorna, den bör vara så gott som rå innanför, då den är som godast då.

3. Servera den nyhalstrade tonfisken tillsammans med potatismoset och aiolin.