



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 vardagsmat. Du kan välja att servera den med ett härligt potatismos eller ris som även det passar fint till.



INGREDIENSER

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 tonfischen 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 tonfischen 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 tonfischen 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 nyhaltrade tonfischen tillsammans med potatismoset och aiolin.