ASIATISKT

Stekt lax med grön curry & kokosmjölk

Kock: **Mats Westergren** Tid: **30 min** Portioner: **4**

Ett av mina mest lagade recept. Asiatisk lax i grön curry med kokosmjölk och grönsaker.

Grönsakerna ni har i kan varieras i oändlighet, beroende på vad ni har hemma. Jag använder ofta frysta grönsaker som både är billigt och lätt att hålla vid liv.

30

INGREDIENSER

8 dl basmatiris
4 stycken portionsbitar lax
2 msk rapsolja
1 msk sesamolja
1 msk färsk ingefära
1 stycken medelstor gul lök, finhackad
3 stycken vitlöksklyftor, pressade
1 tsk chili flakes
1 dl haricot verts, frusna
6 stycken färska champinjoner, kvartade
1 dl broccoli, fryst

1 dl vaxbönor, ca
1,5 msk grön curry, torkad
400 ml kokosmjölk eller kokosgrädde
2 dl creme fraiche (ej lätt)
1 stycken umamibuljongtärningar
1 msk limejuice
2 msk hackad färsk koriander
salt och peppar

GÖR SÅ HÄR

1

1. Koka basmatiris enligt anvisningarna på förpackningen.
2. Torka av laxen och krydda på den med flingsalt, svartpeppar & 1/3 av den gröna curryn. Hetta upp en panna med hälften av rapsoljan och stek laxen på hög värme så den får fin färg på båda sidor. Ställ den sedan åt sidan.
3. I samma panna; Häll i resten av rapsoljan + sesamoljan och fräs rödlök, vitlök, ingefära & chili flakes mjukt.
4. Tillsätt champinjoner & de frysta grönsakerna. Fräs ur vätskan ur dem. Rör ned resten av den gröna curryn. Låt fräsa 1 minut.
5. Häll på kokosmjölk, créme fraîche & umamibuljongtärningen. Låt sjuda ihop till önskvärd konsistens. Vänd ner limejuice & koriander. Smaka av med salt och peppar.
6. Lägg försiktigt ned laxfiléerna i såsen och ös dem med såsen så de täcks. Låt sjuda i 5-10 minuter tills laxen är klar.
7. Servera laxen med basmatiriset och sallad.