FISK

Halstrad fjällröding med murkelsås

Kock: **Per Morberg** Tid: **120 min** Portioner: **4**

120

Den här rätten är en favorit här hemma. Servera med mandelpotatis eller annan potatis och någon citronklyfta.

Ett tips är att börja med att göra murkelsåsen då de torkade murklorna måste blötläggas i 2 timmar.

INGREDIENSER

Rödingfilé
1 msk olivolja
2 nypor flingsalt
700 g rödingfiléer med skinn
1 nypa svartpeppar

Murkelsås
2 dl torkade toppmurklor
4 st schalottenlökar

4 msk smör
2 dl torrt vitt vin
5 dl vispgrädde
1 krm salt
1 krm finmalen svartpeppar
1 skvätt citronjuice

GÖR SÅ HÄR

1. Skölj av och torka rödingfiléerna. Sätt på en stekpannan på mellanvärme och strö rikligt med flingsalt i pannan.
2. Gnid in filéernas skinnsidor med lite olivolja och lägg filéerna i stekpannan med skinnsidan nedåt och peppra. Låt dem ligga orörda i stekpannan tills de är genomstekta.
3. Om filéerna är väldigt tjocka så kan de eventuellt efterstekas i några minuter i ugnen på 150°C.
4. Murkelsås: Blötlägg murklorna i 2 timmar, skölj sedan av dem och låt rinna av.
5. Finhacka löken och fräs den tillsammans med murklorna i smöret tills dess att svampens vätska har avdunstat.
6. Tillsätt nu vinet och låt det koka upp. Låt det koka i några minuter och tillsätt sedan grädden. Koka på svag värme till såsen får önskad konsistens. Cirka 15-20 min.
7. Smaka av med salt och peppar och eventuellt en liten skvätt vin eller lite citronsaft.
8. Servera rödingen med murkelsåsen, nykokt potatis och citronklyftor.