

Sjötunga Walewska

Jonny · 2024-09-26



Förberedelsetid

Förb. 20 min, Tillag. 25 min, Tot. 45 min

Svårt

medelsvårt

Portioner

4 personer

Description

Förmodligen en av de lyxigaste middagar som finns. Manneströms favo.. Med stötunga, lyxräkor och sparris. Denna rätt går att göra på många olika sätt, på planka, i ugnsfast form mm. Såå gott, La med Manneströmns video på Youtube... klicka på bilden

Ingredienser

- 1 kg Sjötunga
- 2 msk Smör
- 1 dl Vitt vin
- 1 dl Fiskbuljong (vatten + buljongtärning)
- --- Sås ---
- 100 gram Smör
- 2 msk vetemjöl
- 2 dl Fiskspad
- 0.5 dl Vispgrädde
- 1 st Äggula
- 1 nypa Salt
- 1 nypa Vitpeppar
- --- Gratäng ---
- 4 Potatismos
- 1 st Äggula
- --- Garnering --- 200 gram Skalade räkor
- 1 paket Sparris

Instruktioner

1. Smörj ett ugnssäkert form och lägg på fiskfiléerna.
2. Häll på vin och så mycket fiskbuljong att det nästan täcker hela sjötungan.
3. Täck fatet med aluminiumfolie och sjud fisken i ugn på 200°, ca 15 minuter.
4. Häll försiktigt ner fiskspadet från den ungsfasta formen i en kastrull och sätt på medelhög värme, koka ihop det något.
5. Fräs matfett och mjöl i en stekpanna. Späd med fiskspad och grädden.
6. Låt såsen koka i cirka 3 minuter, ställ av kastrullen med såsen från värmen.
7. Rör ner äggulan och tillsätt smöret i omgångar. Rör om hela tiden. Smaksätt med salt och peppar.
8. Gör potatismos och tillsätt den andra äggulan.
9. Spritsa potatismoset runt fisken. Häll såsen över fisken.
10. Gratinera tills rätten fått färg 275°, ca 10 minuter.
11. Garnera med räkor och och smörfräst sparris.
12. Låt svalna något och servera!