

Þorskur með sojasmjöri og pistasíusalsa

Hráefni

600 gr	þorskhnakkar eða flök
	salt
	pipar
3 msk	pistasíuhnetur
1 msk	ólífuolía
1 dl	fersk steinselja, fínt söxuð
¼ stk	chili, fræhreinsað og saxað smátt

Aðferð

- Ofninn hitaður í 220 gráður
- Þorskflökin skorin í bita og þeim raðað í smurt eldfast form
- Kryddað með salti og pipar
- Því næst er blandað saman í skál: pistisúhnetum, sítrónusafa, sítrónuhýði, steinselju, chili og ólífuolíu. Blöndunni er dreift yfir fiskinn
- Bakað í miðjum ofni við 220 gráður í ca. 12-15 mínútur eða þar til fiskurinn er fulleldaður. Gætið þess að ofelda hann ekki.

Hráefni

500 gr	sæt kartafla
2 stk	kartöflur
1 ½ msk	smjör
	salt
	pipar
	safi úr 1/2 lime

Aðferð

- Kartöflur og sætar kartöflur skrældar og skornar í svipað stóra bita
- Þær eru svo settar í pott og vatn rétt látið fljóta yfir. Chili skorið í tvennt langsum, fræin hreinsuð úr og því svo bætt út í pottinn
- Til að fá bragðsterkari kartöflumús er hægt að saxa chili smátt
- Límónusafa bætt út í pottinn
- Suðan látin koma upp og soðið í 15-20 mínútur eða þar til kartöflurnar eru orðnar mjúkar.
- Vatninu hellt af og chili (ef það er í heilu) fjarlægð
- Kartöflurnar stappaðar fint með smjöri og bragðbættar með salti, pipar og jafnvel meiri límónusafa

Hráefni

3 msk	smjör
½ stk	laukur, saxað smátt
1 stk	hvítlauksrif, saxað smátt
1 tsk	chili, saxað smátt
2 msk	sojasósa
1 msk	steinselja

Aðferð

- Smjör brætt í potti og látið krauma við fremur vægan hita í ca. 15 mínútur þannig að smjörið verði brúnt.
- Froðan veidd af smjörinu
- Lauk, hvítlauk, sojasósu, chili og steinselju blandað saman í skál og blandað út í smjörið rétt áður en sósan er borin fram

Uppruni: Eldhússögur

Skammtar: 3