

Sommermat PÅ HYTTA

Nå er det tid for sommermat, og hva er vel bedre enn grillet fjellørret? Nam! Du kan velge og vrake i oppskrifter og tilbehør, men her er en variant som er både enkel å tilberede og som smaker helt fantastisk. Det er bare å finne frem grillen og sette i gang. Bon appetit!

Av Åse Kari Gravråk

GRILLET ØRRET MED HVITLØKSMØR, INGEFÆR OG CHILI (4-6 personer)

Dette trenger du:

1 kg ørretfilet
3 ss smør
3 fedd hvitløk, finhakket
1 ts ingefær, finrevet
2 ss sitronsaft
2 ts honning
1 klype chiliflak
persille
salt og kvernet pepper

Slik gjør du:

Renskjær ørretfileten hvis det er nødvendig og napp ut beina. Legg fileten på et dobbelt lag aluminiumsfolie med skinnsiden ned. Klem opp kantene på folien så den blir som en eske.

Smelt smøret i en liten kasserolle og rør inn hvitløk, ingefær, sitron og honning. Fordel hvitløksmøret jevnt utover fisken og dryss over salt, pepper og litt chiliflak.

Legg ørretfileten på en varm grill og la den ligge i omtrent 15 - 20 minutter, litt avhengig av tykkelsen på fileten; husk at ørreten skal ha en saftig «rosa» kjerne. Dryss over hakket persille før servering. La gjerne fisken få hvile 5-10 minutter før servering, den er også god lun.

Tilbehør:

Potetsalat, urtedressing og jordbær- og mangosalat.

Kilde: godt.no



ÅSE KARIS POTETSALAT

Dette trenger du:

Poteter, løk, letrømme og litt majones.
Gressløk, salt og pepper.

Slik gjør du:

Del potetene i biter og kok til de er møre. Avkjøles i bolle. Tilsett hakket løk (etter smak og behag) og en blanding av letrømme og litt majones. Gressløk, salt og pepper til slutt.

Velbekomme!