

Skæring m/fennikel karry bouillon og marinerede tomater.

1 stk filet pr person
salt peber
rugmel
olie smør

Marineret tomater

4 stk tomater
2 spk olivenolie
saft af en 1/2 citron
salt, peber og sukker
hakket dild

Bouillon

2 fed hvidløg
2 stk skalotteløg
1/2 spk karry
olie
1/4 dl hvid balsamico
1 til 1 1/2 stk fennikel
2 dl hvidvin
3 dl hønse bouillon
4 stk forårsløg
50 gr smør
citronsaft, salt og peber
dild til pynt

Bouillon

Rens fennikel skæres i fine tern og skylles, pil hvidløg og skalotteløg og hakkes fint, sauter løgene af i olie tilsæt karry og vendes kom hvid balsamico på koges væk.

Vend fennikel tern i kom hvidvin og bouillon på lad det simre i ca 10 min.

Rens forårsløg og skær dem i fine tern, tilsættes bouillon en lige inden servering, pisk smørret i smages til med salt, peber og evt citronsaft.

Marineret tomater

Skyl tomaterne og skæres i kvarte fjern kernehus og snit tomat kødet. Vend tomaterne i olie, citronsaft, salt, peber, sukker og hakket dild lad det trække indtil brug.

Fisk

Rens fisken krydderes med salt og peber lægges sammen.
Ved servering steges i olie og smør et par min på hver side.