

Oppskrifter 20.6.2009 – Klubbmøte hos Jan Morten

Ovnsbakt breiflabb med beurre blanc

500 g skrelte mandelpoteter

1 ½ dl seterrømme

3 ss usaltet smør

salt og pepper

800 g breiflabbfilet delt i 8 stykker

Nøytral olje

salt og pepper

2 små sjalottløk, finhakket

½ dl hvitvin

Sitronsaft av ½ sitron

½ dl hvitvinseddik

300 g kaldt smør i terninger

ssalt og pepper

Kok potetene møre og hell av vannet. Mos potetene, tilsett rømme og smør og rør inn. Smak til med salt og pepper.

Salte og pepre fisken, vend den i olje og brun den lett i panne. Legg på bakepapir på stekebrett og stek på 180°C i ca. 8 minutter (eller til den er så vidt gjennomstekt).

Kok væske og løk til det gjenstår ca 1 ½ ss. Ta kjelen av varmen, sil vekk løken og pisk inn resten av smøret bit for bit, etter hvert som den foregående er nesten helt tatt opp av sausen. Vær meget forsiktig med varmen. Konsistensen skal være som en lett hollandaise. Salte og pepre etter smak. Skal sausen holdes varm over lengre tid, må kjelen settes i lunkent vann, slik at smøret bare så vidt ikke stivner.

Anrett et stykke fisk og potetmos til hver på tallerkenen uten saus. Smak vinene til fisken uten saus. Legg på et nytt stykke fisk og hell sausen over. Smak deretter vinene til fisken.

Drikke

Gorrondona Txakoli 2007

Fontanafredda Nebbiolo 2006