

Torsk med mandelpotatis och rödbetsröra

Ingredienser för 4 portioner :

4 bitar torsk med skinn kvar à 150 gram vardera.

1 tsk havssalt

1 msk olivolja till stekning

Mandelpotatis

$\frac{1}{2}$ kg färska rödbetor

2 dl gräddmjölk

1 tsk dijonsenap

Salt

Tillagning:

1. Skala rödbetorna. Riv dem grovt. Bräsera dem i en kastrull med gräddmjölken tills de är mjuka. Fortsätt att reducera röran så konsistensen blir som puré. Smaksätt med senap och salt.

2. Borsta och skölj mandelpotatisen. Skala inte- den faller lätt sönder då. Koka med skalen på tills potatisen är mjuk.

3. Salta och peppra torsken på köttssidan. Stek den först på köttssidan i olivolja i het panna och sedan på skinnsidan. Läggs lock på pannan och stek c:a 3 minuter tills fisken är precis genomstekt.

Servera vackert upplagd på tallrik.