



LAKS MED STEIKTE GRØNNSAKER

6B, KROKANE SKULE

INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

500 g	fersk laks
1 stk	sitron
1 stk	brokkoli
1 ts	paprikakrydder
2 stk	gulrøtter
1 ts	pepper
1 ts	havsalt
8 stk	poteter
10 g	dill til pynt
5 ss	smør

SLIK GJØR DU:

- 1** Først skreller du potetene og gulrøttene.
- 2** Kok potetene heile.
- 3** Del brokkolien i små buketter og kutt gulrøttene i fyrstikkstore stavar.
- 4** Del laksen i passelege porsjonar. Krydre med havsalt, paprikapulver og pepper.
- 5** Steik laksen i 3 min. på kvar side.
- 6** Steik brokkoli og gulrøttene kvar for seg i varm steikepanne med 1 ss smør. Pass på at dei ikkje bli heilt gjennomsteikte.
- 7** Server med dill og sitronbåter. Vel bekomme!