



LAKS&GRØNT

6A, PASVIK SKOLE

INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

1 stk	agurk
1 ts	salt
1 stk	gulrot
1 ts	pepper
1 stk	brokkoli
2 ss	eddik
6 stk	poteter (lokalprodusert)
1 ss	smør
5 ss	vann
400 g	laksefilet
3 ss	olje
3 ts	balsilikum

SLIK GJØR DU:

1 Skrubbe potetene godt og del de i båter. Bland med olje og krydder og stekes i ildfast form midt i ovnen i 20 minutter på 225 grader.

Stek laksen i stekepanne med litt smør, snu laksen etter 3-4 minutter og stek videre til den er gjennomstekt.

Skrell gulrot og del i fine skiver og kok de til de er møre.
Del brokkolien i små buketter og kok til de er møre.

Del agurken i tynne skiver med en ostehøvel og bland sammen eddik, vann og krydder. Bland sammen.

Velbekomme!