



▶ Annonsevalg

Gi skreimiddagen et vårlig preg. Det får du skryt for

a

Apéritif.no
Redaksjonen
18.03.2017

DEL

DEL

TWEET

DEL

E-POST



© Leveres av Apéritif

Vi lengter etter vår, men nyter vinterens delikatesser så mye vin kan. Prøv denne lekre oppskriften i dag.

Butikkhyllene bugner av fersk skrei til hverdagslige priser. Denne oppskriften ser kanskje veldig eksklusiv ut for en vanlig onsdag, men det er faktisk både enkel og kjapp.

Fristes du ikke av asparges ennå, blir den veldig god med den mer vinterlige grønnkålen.

Se hva mer du kan bruke grønnkål til

Her bestiller du **dagens rett som e-post** - det er selvfølgelig gratis.

Skrei med pesto og grønn asparges

Antall porsjoner: 4

Tilberedningstid: 30 minutter**Ingredienser**

800 g skreifilet
400 g grønn frisk asparges
Pesto
3 ss olivenolje
2 stk hvitløk
1 ss finhakkede valnøtter eller pinjenøtter
4 ss frisk basilikum
1 ss reven parmesan ost
stk saft av 1 sitron
0.5 ts salt
0.25 ts pepper

Saus

2 ss finhakket løk eller sjalottløk
2 ss olivenolje/smør
4 dl fiskekraft/buljong
1 dl kremfløte
1 ts maisennamel
2 ss fisk finhakket gressløk
3 ss finhakket rød paprika
stk Salt og pepper

Fremgangsmåte

Skjær skreifilet i serveringsstykker. Dryss over salt og la ligge 15 minutter.

Kok opp ca ½ l vann tilsatt 3 ss salt.

Ta kjelen av platen og legg i fiskestykkene. Kok opp, ta kjelen vekk fra varmen og la fisken trekke til den er kokt. Det tar ca 10 minutter.

< **Velsmakende oppskrifter med skrei finner du her** >

Pesto:

Ha alle ingrediensene i en foodprosessor og kjør til en jevn saus.

Saus:

Løken surres myk i olivenolje/smør. Tilsett 4 dl fiskekraft og kok inn til ca 3 dl.

Tilsett kremfløte, kok opp og smak til med salt og nykvernet pepper. Sil sausen og tilsett gressløk og paprika.

Kok aspargesen i rikelig godt saltet vann i maks 2 minutter. Skreien serveres med pesto, kokte poteter og aspargesen.

Frelst på pesto? Se bare her...

Sendt inn av Eksportutvalget for fisk

Drikke som passer til denne oppskriften

88 Poeng

Quinta do Perdigão Rosé 2014

Portugal

Volum: 0.750 Pris: 169,90 Bestillingsutvalget

87 Poeng

Monte Fiorentine Soave Classico 2015

Italia

Volum: 0.750 Pris: 199,90 Bestillingsutvalget

88 Poeng

La Chablisienne Chablis Cuvée La Sereine 2013

Frankrike

Volum: 0.750 Pris: 184,90 Basisutvalget

85 Poeng

Ca' la Bionda Valpolicella Classico 2015

Italia

Volum: 0.750 Pris: 169,00 Bestillingsutvalget

84 Poeng

St. VERNY Les Volcans Gamay Pinot Noir 2015

Frankrike

Volum: 0.750 Pris: 169,90 Bestillingsutvalget

FRA NETTET

Anbefalt av Taboola

Si morna til snorking med dette kule trikset

Stop Snoring Today

Ikke prøv det! Du kommer til å bli fullstendig avhengig!

Vikings: Free Online Game

Interiørblogg: Skandinavisk minimalisme. På tide med litt påfyll av interiørinspirasjon? Katerina Dima bak bloggen Only Deco Love, har en forkjærlighet for skandinavisk design.

Mediaplanet

Plages du av hudfliker? Med et enkelt triks kan du fjerne dem selv, ifølge legen

Newsner på MSN

Kvinnen sluttet å bruke BH - noen uker senere er brystene hennes ugjenkjennelige

Newsner på MSN

21-åringen går med på å føde parets barn - da oppdager jordmoren det uvirkelige på ultralyden

Newsner på MSN

Eksklusive godt betalte spørreundersøkelser for de som bor i Norge

Panel Søk

Folk har risikert livet i Nord-Korea for å ta disse bildene

Buzz Panda

Språkopplæring for late. Begynn å snakke fremmedspråk

Fast Phrases