

Fiskgryta 1

Ingredienser

| | |
|---------|--|
| 350 g | blandade fiskfiléer i bitar. Exempelvis torsk och kolja. |
| 2 | potatisar |
| 1 liten | gul lök |
| 2 | tomater |
| 0.5 | fänkålsstånd |
| 0.5 | röd paprika |
| 1 msk | smör |
| 0.5 pkt | saffran |
| 1 tsk | curry |
| 2 dl | torrt vitt vin |
| 2 dl | fiskbuljong av tärning |
| 1 dl | mjök |
| 0.5 tsk | salt |
| 0.5 krm | cayennepeppar |
| 1 msk | hackad dill |
| 1 msk | hackad persilja |

Gör så här

Skala potatisen och löken och skär dem i sockerbitstora tärningar.

Skålla tomaterna och skala dem.

Tärna tomater och grönsaker.

Fräs potatis, fänkål och lök i smör i en stor kastrull på svag värme i 3 minuter.

De ska inte ta färg.

Blanda ner paprika- och tomattärningar. Tillsätt curry och saffran och låt kryddorna fräsa med någon min.

Späd med vin och buljong och låt sjuda i några minuter.

Vispa ner mjölken så att den blandar sig väl med buljongen. Smaka av med salt och cayennepeppar.

Lägg i fisken delad i 2-3 centimeter stora bitar och sjud den några minuter. Strö över dill och persilja och servera omedelbart.