



Mama
Brown

Månedens opskrift (2 personer – 45 min.)

Meunièrestegt Skærising med nye kartofler, blåbærkompot og brunet smørsauce

November 2022

Ingredienser

2 stk hele, flået skærising
400 gr nye kartofler
1 dl frosne blåbær
1 dl rørsukker
1 tsk vaniljesukker
1 citron, skiveskåret
150 gr smør
1 dl hvedemel
Salt/peber



Skærising er en delikat fisk - og meunièrestegt vil den passe formidabelt til boblerne i dit glas! Meunière er fransk og betyder 'møllerens kone'. Møllerens kone havde altid nem adgang til mel - og derfor hedder tilberedningsmetoden altså meunière-stegning.

Jeg køber altid min skærising hel, men rensset og flået. Jeg skyller den kort under koldt vand, og jeg dupper den tør med køkkenrulle.

Skyl dine nye kartofler, rens dem, men behold skrællen på. Bring dine kartofler i kog, imens du i en anden gryde bringer de frosne blåbær, vaniljesukker og rørsukker i kog. Giv hele herligheden et pift frisk citron. Din blåbærkompot skal samle sig helt, og ikke være flydende, så er den klar!

Lige før kartoflerne er færdigkogte, vender du din fisk i hvedemel på en tallerken, og smider en stor klat smør på varmen i en pande. Når smørret bruser, steger du din fisk i 5 minutter på hver side. Tilsæt gerne mere smør undervejs, så du har rigeligt med smørsauce.

Servér straks med nye kartofler, blåbærkompot, frisk citron og hæld masser af den brunede smørsauce fra panden udover.

Velbekomme og salut!

Se flere opskrifter på mamabrown.dk

champagnekassen

CHAMPAGNE FOR ALLE