

Fiske timbaler med urtesovs og stenbiderrogn

Fisketimbaler:

- 500g filet af torsk, lyssej eller mørksej
- 1 tsk. groft salt
- 1 bundt forårsløg
- 1 æg
- 3 spsk. kartoffelmel
- 2½ dl mælk
- sort peber i kværn

Urtesovs:

- 400-500 g rensede grøntsager (gulerod, selleri, porre)
- 10 g smør
- 1 skalotteløg
- 2 dl hvidvin
- 4 dl fiske- ellerhønsbouillon
- 2 dl piskefløde
- 1 spsk. majsstivelse
- 1 bundt persille
- 1 bundt dild
- salt ogpeber

Endvidere:

- 125-200g renssetstenbiderrogn

Tilbehør:

- brøddellerkogteris

Sådan gør du:

1. **Fisketimbaler:** Hak fiskekødet groft med en kniv eller i en foodprocessor med pulseknappen. Læg det i en skål, og rør det med salt.
2. Rens og snit forårsløgene fint, og rør dem i farsen sammen med de øvrige ingredienser. Krydr med friskkværnet peber, og lad farsen hvile i køleskabet i 20 min.

3. Rør farsen igennem, og tilsæt evt. mere mælk, hvis den er for fast.
4. Fordél farsen i 4 smurte kokotter eller forme (2½ dl), og sæt dem i ovnen ved 170 grader i 20-30 min. (afhængig af formene). Farsen skal op på 75 grader i centrumtemperatur.
5. **Urtesovs:** Rens grøntsagerne, og skær dem i tynde strimler (eller riv dem groft). Blanchér dem hver slags for sig i kogende, letsaltet vand, og afkøl i iskoldt vand.
6. Hak skalotteløget fint, og steg det blankt i smør. Tilsæt vin, og kog det ind til ca. 1 dl. Tilsæt bouillon, og kog i 5 min. Tilsæt fløde, og kog i 2-3 min. Jævn sovsen med majsstivelse udrørt i lidt koldt vand. Tilsæt de afdryppede urter, hakket persille og dild, og smag til med salt og peber.
7. Vend fisketimbalerne ud af formene, og anret i varme, dybe tallerkner med urtesovs. Top op med frisk stenbiderrogn og dild, og giv brød eller kogte ris til.

OPSKRIFTMADHJEMMET