



Citronlaks

med ovnbagte kartofler, broccoli & dild

30-40 minutter • Lav mig som en af de første retter



Kartofler



Aioli



Citron



Dild



Hvidløgsfed



Broccoli



Laksefilet



Grøntsagsbouillon

Lad os komme i gang

Husk at vaske hænder i 20 sekunder, før du starter. Skyl derefter grøntsager, frugter og urter. Glem ikke at vaske hænder og køkkenredskaber umiddelbart efter håndtering af råt kød og rå fisk.

Køkkenredskaber

Skærebret, stegepande, bageplade, hvidløgspresser, skåle

Kolonialvarer

Salt, peber, olivenolie, vand, smør

Ingredienser

	2 pers.	4 pers.
Kartofler	500 g	1000 g
Hvidløgsfed	1 stk	2 stk
Dild	1 pose	1 pose
Citron	1 stk	1 stk
Vand* (trin 2)	½ dl	1 dl
Grøntsagsbouillon 10)	4 g	8 g
Broccoli	250 g	500 g
Laksefilet	2 stk	4 stk
Smør* 7) (trin 5)	efter behov	efter behov
Aioli 8) 9)	40 g	80 g

Salt*, peber*, olivenolie* efter smag & behov

*Kolonialvarer

Næringsindhold

(Baseret på utilberedte ingredienser)

	Per 100 g	Per portion 579 g
Energi	500 kJ/120 kcal	2893 kJ/692 kcal
Fedt	6 g	36 g
Heraf mættet fedt	1 g	5 g
Kulhydrat	9 g	52 g
Heraf sukkerarter	1 g	8 g
Protein	6 g	36 g
Fiber	2 g	9 g
Salt	0,2 g	1,2 g

Allergener

7) mælk 8) æg 9) sennep 10) selleri

Læs altid etiketten for seneste oplysninger om allergener. Bemærk, at næringsindholdet på opskriftskortet kan ændre sig, såfremt ingredienser er blevet udskiftet.

Del din feedback med os!

DK +45 92 45 29 77 | hej@hellofresh.dk

2020-U48



1 Bag kartofler

Forvarm ovn til 220°C/200°C varmluft.

Skær **kartofler** (uskrællet) i 1 cm tern.

Fordel på en bageplade. Dryp med en smule **olivenolie***. Krydr med **salt*** og **peber***. Vend sammen.

Bag i ovnen i 20-25 min, eller indtil gyldne og sprøde.



4 Steg laks

Opvarm en smule **olivenolie*** i en stegepande ved middelhøj varme.

Steg **laks** med skindsiden nedad i 3-4 min.

Vend **laks**.



2 Bland citronbouillon

Pres eller hak **hvidløg** fint.

Hak **dild** groft.

Del **citron** i to. Skær den ene halvdel i tynde skiver.

Bland **vand***, **grøntsagsbouillon**, **hvidløg**, et stort skvæt **citronsaft** og ½ **dild** i en lille skål.



5 Tilsæt bouillon

Hæld **citronbouillon** i panden.

Tilsæt en klat **smør***. Steg i 3-4 min.

VIGTIGT: Laksen er færdig, når kødet er mat i midten.



3 Bag broccoli

Skær **broccoli** i små buketter.

Fordel på samme bageplade, når **kartoflerne** har 15 min tilbage i ovnen. Dryp med en smule **olivenolie***. Krydr med **salt*** og **peber***.

Bag i 15 min.



6. Server

Anret **laks**, **kartofler** og **broccoli** på tallerkener.

Øs **citronbouillon** over **laksen**.

Top med **citronskiver** og resterende **dild**.

Server med **aioli**.

Velbekomme!