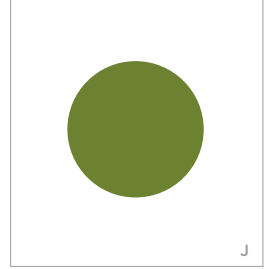




Laxkakor med ugnsbakade rotfrukter och timjan

30-40 minuter • Laga mig som en av de första rätterna



Potatis



Morot



Citron



Bladpersilja



Schalottenlök



Laxfilé



Panko Ströbröd



Majonnäs



Gräddfil



Timjan

Nu kör vi

Glöm inte att tvätta händerna i 20 sekunder innan du sätter igång. Skölj därefter grönsaker, frukt och örter. Var även noggrann med att tvätta händer och köksredskap direkt efter hantering av rått kött och rå fisk.

Köksredskap

Skärbräda, stekpanna, bakplåt, skål

Skafferivaror

Salt, peppar, olivolja

Ingredienser

	2 Pers.	4 Pers.
Potatis	500 g	1000 g
Morot	2 st	4 st
Timjan	1-2 stjälkar	3-4 stjälkar
Citron	1 st	1 st
Schalottenlök	1 st	2 st
Bladpersilja	½ påse	1 påse
Laxfilé 4)	2 st	4 st
Panko ströbröd 13)	30 g	50 g
Majonnäs 8) 9)	25 g	50 g
Gräddfil 7)	½ paket	1 paket

Salt*, Peppar*, Olivolja* efter smak & behov

*Skafferivaror

Näringsvärde (Beräknat på otillagade ingredienser)

	Per 100 g	Per portion 613 g
Energi	488 kJ/117 kcal	2992 kJ/715 kcal
Fett	6 g	34 g
Varav mättat fett	1 g	7 g
Kolhydrat	11 g	67 g
Varav sockerarter	2 g	13 g
Protein	6 g	35 g
Fiber	1 g	8 g
Salt	0,1 g	0,4 g

Allergener

4) Fisk 7) Mjök 8) Ägg 9) Senap 13) Gluten

Läs alltid på produktetiketten för den senaste informationen om allergener. Observera att näringsinformationen på receptkortet kan komma att ändras om ingredienser har bytts ut eller förändrats.

Vi gillar feedback. Hör av dig!

SE +46 858 097 065 | hej@hellofresh.se
2020-V50



Rosta rotfrukter

Sätt ugnen på 220°C/200°C varmluft. Skär **potatis** och **morot** i 1 cm stora bitar. Plocka av **timjanblad** [2 stjälkar, 2 pers | 4 stjälkar, 4 pers] och hacka dem fint.

Lägg **rotfrukterna** på en plåt med bakplåtspapper. Ringla över **olivolja*** och krydda med **timjan, salt*** och **peppar***.

Rosta i mitten av ugnen i 20-25 min. Vänd **rotfrukterna** efter ca 10 min.



Stek laxkakor

Hetta upp en skvätt **olivolja*** i en stekpanna på medelvärme. Stek **laxkakorna** tills de är gyllene på ena sidan, 2-3 min.

Vänd **laxkakorna**, tillsätt mer **olivolja*** och stek i ytterligare 2-3 min.

VIKTIGT: Laxkakorna är färdiglagade när köttet är ogenomskinligt i mitten.

Hello schalottenlök!

Visste du att schalottenlök anses vara den finaste matlöken? Den har en mild, aromatisk smak och är perfekt i matlagning där löksmaken inte ska dominera.



Finhacka lax

Riv **citronzest** tills du har en generös nypa och dela **citronen** i klyftor. Finhacka **schalottenlök** och **persilja** [½ påse, 2 pers].

Dutta din **lax** torr med hushållspapper. Ta bort skinnet och finhacka **filéerna**.

TIPS: Desto mindre bitar du skär laxen i, ju lättare håller den ihop med de andra ingredienserna när du formar laxkakorna.

VIKTIGT: Glöm inte att skrubba citronen innan du river zesten.



Krydda gräddfil

Smaksätt **gräddfil** med en nypa **salt*** och **peppar*** i en skål.



Forma laxkakor

Blanda **laxbitarna, panko, majonnäs, citronzest, schalottenlök, persilja** och en skvätt **citronjuice** ordentligt i en bunke. Krydda med en nypa **salt*** och **peppar***.

Pressa samman och forma 2 **laxkakor** per person. De bör vara ungefär 3-4 cm tjocka för att de ska hålla samman.

TIPS: Laxkakorna binder bättre om du formar dem och sedan lägger dem direkt i den varma stekpanna (se steg 4).



Servera

Fördela de **rostade rotfrukterna** och **laxkakorna** på era tallrikar. Toppa med en sked **gräddfil**.

Servera med **citronklyftor** till - citronjuicen förhöjer smaken på fisken.

Smaklig måltid!