

Stekt fiskepudding, råkost og poteter

1 porsjon

Ingredienser

2-4 skiver fiskepudding
1-2 spiseskjeer smør/margarin/olje
1-3 små poteter (for eksempel amadinepoteter)
1 gulrot
1 teskje sitronsaft
(1-2 spiseskjeer rømme)



Fremgangsmåte

Kok små poteter i 15 minutter.
Stek fiskepudding i smør/margarin/olje i stekepannen.
Skrell gulroten, riv den og smaksett med sukker og sitronsaft (= råkost).
Server råkosten til fiskepuddingen sammen med potetene.
Kan serveres med rømme og/eller smeltet smør.

Tips og kommentarer

For å rekke å koke de små potetene på 15 minutter, må vannet koke raskt opp. Dersom brukeren har vannkoker, bruk denne til å koke opp vann til potetene. Hell det kokende vannet over potetene i kjelen, og kok på plate som vanlig.

Til brukere som spiser lite eller har behov for ekstra energi, bør denne retten serveres med seterrømme eller smeltet smør ved siden av.

For at maten som kjøpes inn skal kunne brukes opp, er det flere oppskrifter med fiskepudding i oppskriftsheftet. Se oppskrifter på smørbrød med fiskepudding og terteskjell. Vær oppmerksom på å sjekke holdbarheten til fiskepuddingen.

