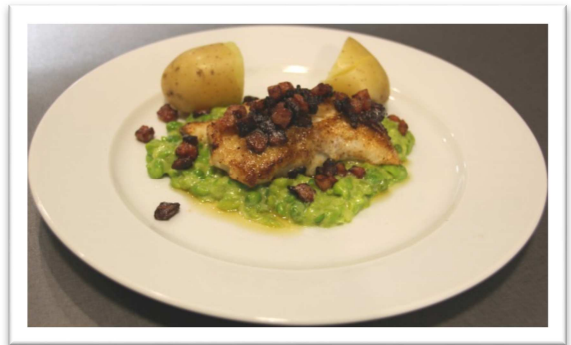


Torsk, erterpuré, bacon og Sandefjordsmør

1 porsjon

Ingredienser

1-2 dl frosne erter
2 dl fløte
1-2 skiver bacon
1 porsjon torskefilet
2 spiseskjeer smør
Salt og pepper
(1 egg)
(1-3 små poteter, for eksempel amadinepoteter)



Fremgangsmåte

Kok erter i 1 dl fløte. Mos med visp og smak til med salt og pepper (= erterpuré).
Skjær bacon i terninger og stek i stekepanne. Ta baconterninger til side. Stek torsk 8-10 min i baconfettet og legg baconterningene på torsken.
Kok 1 dl fløte til det er redusert til halve mengden og rør inn 2 spiseskjeer smør i terninger (= Sandefjordsmør)
Kan serveres med hardkokt egg, kokte små poteter eller brød/flatbrød.

Tips og kommentarer

Bruk spiralvisp for å mose ertene i kjelen. Spiralvispen gjør det enkelt å komme til i kantene av kjelen.

Denne retten inneholder mye energi med bruk av fløte til ertene og sausen og bacon som tilbehør. Kremfløte er den mest energirike formen for fløte. For å tilføre ekstra proteiner, kan et kokt egg serveres ved siden av.

