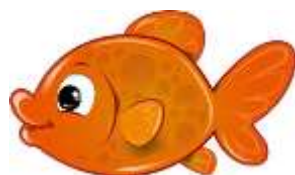


# Laks vendt i blå birkes



Min favorit fisk er et stykke laks med skind. Det bedste er en laksekotelet med ben.

Dertil gerne kartofler og grønsager i ovnen.



Vend laksen i den blå birkes

Steg den på panden i raps olie – 3-4 minutter på hver side.

Der skal ikke bruges ret meget olie, da laks jo er en fed fisk.

Start med at stege skindsiden. Skindet smager rigtig godt, når det er sprødt

Du kan også vende fisken i rugmel – det giver en sprød og lækker skorpe

Velbekomme!