

Torsk svøbt i lufttørret skinke m/ pasta, sennepssauce & bagte tomater

Ingredienser:

600 g. torskeloins (4 stk.) - 200 g. italiensk lufttørret skinke (Serrano skinke kan også anvendes) - 250 g. pasta (evt. frece dell'orto) - ½ kg blommetomater - 1 bdt. Grønne asparges - 1 porre - 50 g smør - 4 spsk. Fransk dijonsennep (anden sennep kan også bruges) - 2 spsk. Mel - 3 dl mælk - 1 dl. Fløde - 2 spsk. Olivenolie - frisk timian - salt & peber.

Fremgangsmåde:

Skær tomaterne i kvarte, porren i tynde ringe - vend dem i olivenolie. Krydder med friske timianblade, lidt salt og en smule peber.

Tomaterne bages i ovnen ved 200 grader i ca. 25 minutter.

Læg torskens på et stykke skinke, krydder med salt & peber samt friske timianblade. Pak torskens ind i skinken. Steg torskens i olivenolie på en varm pande i 2-3 minutter på hver side ved høj varme, således at skinken bliver sprød.

Vask aspargesene og fjern den nederste del ved at knække dem på det svage punkt. Steg derefter de grønne asparges på en pande med olivenolie og salt.

Saucen:

Lav saucen ved at smelte smørret i en lille kasserolle, pisk det med mel. Mælken tilsættes under stadig omrøring lidt efter lidt. Tilsæt sennep, fløde og smag til med salt & peber.



VELBEKOMME!