

Gravad laks med rævesauce



HJERTEFORENINGEN



Vidste du...

at når du camperer på en DK-CAMP plads støtter du Hjerteforeningen.

Gravad laks med rævesauce

Gravad laks er utrolig nemt at lave, men det skal laves mindst dagen før det skal spises. Det kan til gengæld være rart at have noget klart i god tid hvis man skal have gæster i julen. Husk at det er meget vigtigt at gravad laks, ligesom alle andre typer hjemmelavede fiskeretter, opbevares i køleskab, da man kan blive meget syg af at spise fisk der ikke er opbevaret tilstrækkelig koldt.

Ingredienser (6-8 personer)

1 stk. laksefilet ca. 500 g uden ben
2 tsk. salt
1 spsk. sukker
evt. en kvart tsk. st. koriander og/eller en kvart tsk. st. fennikel
2 spsk. friskhakket eller tørret dild.

Rævesauce: 50 g farin

1 spsk. taffelsennep
1 spsk. dijonsennep
1 spsk. frisk eller tørret dild.

Bland alle ingredienserne sammen i en skål. Lad saucen trække mindst en time så farinen smelter.

Tilbehør:

Kommenbrød, grovbrød eller rugbrød. Pynt: friske dildkviste.

Tilberedning

Læg laksefileten i et fad eller en plastikbeholder. Bland salt og sukker. Tilsæt koriander og/eller fennikel hvis du gerne vil have laksen lidt krydret, men den kan også sagtens laves uden. Drys blandingen jævnt ud over hele laksens overflade. Drys derefter med dild. Dæk fadet med film eller læg et låg på og stil laksen i køleskabet i mindst 24 timer. Inden servering skæres laksen i skiver og anrettes på et fad. Pynt evt. med friske dildkviste.

Energi pr. person:

1300 kJ (310 kcal)

Fordelt på:

protein 24%
kulhydrat 50 %
fedt 26 % (9 g)



HJERTEFORENINGEN

