

Vildlaks i ovn

Ingredienser:

1 laksefilet pr. person

Blomkål – 2 håndfulde pr. person

1 brev Knorr Hvidvin & citron sauce

Tilberedning:

Laksen linsteges på panden i lidt olie

Blomkålen forkoges (eks. i microovn ved 650 W i ca 5 min.)

Blomkålen lægges i et smurt ildfast fad

Saucen tilberedes og hældes over blomkålen.

Laksen lægges øverst

Sættes i en forvarmet ovn ved 200 gr i ca 15 min.

Tilbehør:

Friskbagt Ciabatta eller filone brød

Vin: Frascati eller en let italiens rødvin