

Fiskefrikadeller med tomatsauce, kartofler og sauce tartare.

Fiskefrikadeller er et must i ethvert køkken. Ikke ”som vor mor lavede dem” - det vækker næppe større begejstring eller ligefrem længselsfuldt vemod. Nææ!

Fiskefrikadeller er mange ting! Fra den totalt gennemhakkede, uden konsistens (eller smag) af andet end mel. Til den knivhakkede skønhed med hele fiskestykker og grov konsistens hvor fisken stadig kommer til sin ret. Vi skal lave de sidste!

Du skal bruge til 4 personer – og lidt til pålæg ;0)

Til frikadeller:

1 kg. torskefilet uden ben
3 æg
2 spsk. Kartoffelmel
2 spsk. Hvedemel
3 finthakkede løg
2 tsk. Salt
Masser af friskkværnet peber.
Mælk efter behov.

Til tomatsovs:

½ l sødmælk
2 tsk. Maizena
1 bouillonterning
tomatketchup
Muskat
Peber

Til sauce tartare:

2 dl. Crème fraise 18%
100 gr. mayonnaise
2 spsk. Syltede hakkede kapers.
1 finthakket skalotteløg
Friskkværnet peber.

Nå men så skal du i gang.

Tag dine torskefileter og undersøg dem grundigt for ben. Vi vil ikke ha' ben. Du spiser sgu' da heller ikke benene når du får en and! Hak dem fint med en stor kniv. Det er lettest hvis de er meget kolde, gerne lige på kanten af at være frosne. Rør den hakkede fisk sammen med saltet, så det bliver sejt. Tilsæt resten af ingredienserne og spæd med mælk, så farsen får en lind konsistens. Rør den grundigt igennem. Lad nu fiskefarsen stå mens du gør det andet klar.

Du kan godt sætte kartofler over. De skal koge 12-14 min. Afhængig af størrelsen. Er det meget store kartofler, så gi dem bare 20 min. Så kan du altid servere dem for din hest.

Pisk maizena og mælk sammen i en lille gryde. Smid bouillonterningen i og varm op under omrøring, tilsæt muskat og peber og kog til det jævner. – Ikke brænde på. Du skal være over gryden hele tiden. Når det koger, smager du det til med tomatketchup, koger op igen og vupti, så står du sgu' med en tomatsovs!

Sauce tartare kan du sagtens lave i forvejen. Bland alle ingredienserne og stil på køl. Så er den klar!

Nu steger du frikadellerne i rigeligt med rapsolie på en god pande. De skal være sprøde ;-)

- Og så kan du godt servere – bon appetite.