

SOMMER SIMRESMAG med Claus Holm

Sommer Torsk i æblemost-løvstikke & asparges

Til 10 pers.

10 stk torske loins – meget gerne fra Royal Greenland

Salt og frisk knust peber

4 stilke løvstikke

3,5 dl æblemost- den ægte og dansk most

3 stk laurbærblade

10 stk hele fede hvide asparges

100 gram smør

Friske urter til pynt

Salt og peber

Sådan gør du

Tag 1 stk bradepande - gastro størrelse og læg de 10 stykker torsk heri (direkte fra frost).

Krydres med salt og peber

Hæld mosten over

Fordel smørklatter på fisken

Fordel løvstikke og laurbærblade

Skræl de hvide asparges og fordel dem

Nu filmes bakken og sættes i ovnen v.1 00° i ca. 35-45 min. hvis du anvender frosne fisk og ca. 20 min. Hvis du anvender friske fisk. Men husk at det jo kommer helt an på din ovn.

Når fisken er færdig: ud med bakken - filmen af – og fornem så duften☺

Læg asparges- og fiskestykkerne på et fad, hæld simrelagen over. Pynt til sidst med de friske krydderurter og måske et drys friskkværnet peber – og bum så sidder den i skabet!

Kan både spises kold og varm eller plukkes i en salat.

Se det er simresmag om sommeren – bum!

Kyllingebryst i hyldeblomst med rabarber og sommerkål

10 pers.

10 stk kyllinge bryster med skind brunes af
2 fed hvidløg
2 bdt rabarber- skylles og skæres i stave
3 stk. rødløg skrælles og skæres i både
1 stk sommer kål, stok og bund af - deles i 10 både
1 bdt timian
Salt og peber
1 dl koldpresset rapsolie
4 dl hyldeblomstsaft

Sådan gør du

Kyllingerne brunes af på en pande og krydres.

Op i gastrobakken med kål – rabarber – radiser – hvidløg og løg. Ovenpå lægges de brunede kyllingebryster - slut af med timian, hyldeblomst og rapsolie.

Kom en ny gastrobakke på toppen, så vi har en lukket "Stegesø" som sættes i ovnen v. ca. 100°-120° i et par timer.

DUFT og SMAG – bum!