



Fina fisken

Harry Holmström

Norsen 11.2.2026

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Räksallad med mango, lime och koriander	3
Havande Strömning (favorit i repris)	4
Klassisk matjessilltårta i portionsform	5
Wallenbergare med ärter och potatismos	6
Walewska på gös	7
Världens godaste äppelpaj	8

Räksallad med mango, lime och koriander

4 personer

Ingredienser

200 g	färska räkor med skal
1 st	färsk mogen mango
1 st	lime
1 liten	knippe koriander
4 skivor	rödlök
1	lite sambal oelek eller mer efter smak
	Salt

Skala räkorna, lägg dem i en skål. Skala, kärna ur och dela mangon i mindre bitar, lägg ner den tillsammans med räkorna. Pressa över limesaften. Hacka rödlöken väldigt fint och hacka koriandern, tillsätt det i skålen. Smaka av med sambal oelek och salt.

Lägg upp i 4 små portionsglas.

Havande Strömming

6 personer, ca 3 strömmingar per pers.

Ingredienser

Strömmingsfiléer 20 st

Anjovisfiléer 1 burk

Skorpmjöl

Smör

Anjovis spad

Smörj en lämplig eldfast form.

Skär anjovisfiléerna itu på längden.

Klipp bort ryggen från strömmingen. Lägg en strimla i varje strömmingsfilé och vik ihop den.

Rada strömmingarna tätt intill varandra i den smorda formen med ryggarna nedåt.

Strö över lagom med skorpmjöl.

Lägg klickar av smör ovanpå.

Slå över spad från anjovisen.

Grädda i medel varm ugn ca 200 grader i ca 30 min. tills ytan är vackert brun.

Kan ätas endera varm eller kall som förrätt.

Klassisk matjessilltårta i portionsform

Ingredienser

200 gr Surskorpa
1 burk Matjessill i bit (à ca 200 g)
1 st Rödlök
1 dl Finskuren gräslök
1 dl Kvarg (10 %)
3 dl Gräddfil
1 msk Finrivet citronskal
1/2 dl Små kapris
1/2 krm Svartpeppar
50 gr Smör
Rädisor och dill till garnering

Krossa surskorpa i en matberedare. Stek surskorpan på medelvärme i smör 5–10 minuter. Lägg det på hushållspapper.

Skär sillen i små bitar, spara 1 msk av sillspadet. Skala, dela och finhacka löken. Blanda sill, lök, gräslök, kvarg, gräddfil, citronskal, kapris, sillspad och ½ krm peppar. Fördela röran i glas.

Strö över surskorpan vid servering.

Garnera med tunt skurna rädisor och dill

Wallenbergare med ärter och potatismos

Ingredienser

4 personer

400 g	gädda
200 g	lax
1,5 tsk	salt
1 st	ägg
1,5 dl	vispgrädde
2 st	lökar
2	citroner - rivet
2 krm	vitpeppar
2–3 dl	panko
2 msk	smör
1 st	citron (klyftor)

Mixa fisken med salt i en matberedare. Häll i ägg och grädde. Mixa snabbt ihop färsen. Ansa och finstrimla salladslöken. Blanda färsen med lök och citronskal och krydda med peppar.

Forma färsen till 4 biffar. Vänd dem försiktigt i panko och stek på medelvärme i smör ca 5 min på varje sida.

Ärter: Värm ärterna i smöret. Ansa och skiva salladslöken tunt. Hacka dillen. Blanda ner lök och dill i ärterna precis före servering. Krydda med salt.

Potatismos

700 gr	potatis <i>mjölig sort</i>
1,5 dl	mjölk
50 gr	smör
1 tsk	salt

Servera havs-wallenbergarna med potatismos och ärter. Garnera med citronklyftor och dill.

Walewska på gös

Ingredienser

6 personer

1 kg Färska gösfiléer
Salt peppar

Mos

1 påse Potatis
2 st. Äggulor
1 dl Grädde
Salt, peppar

Sås

100 g Smör
3 msk Mjöl
1 tärning Fiskbuljong
4 dl Vatten
3 dl Vitt vin
3 dl Grädde
3 st. Äggulor
1 msk Socker
Salt, peppar

Kantareller

Sparris

50 g Smör
400 gr Färska räkor

Sätt ugnen på 175 g.

Koka potatisen i ca 15 min eller tills den blivit mjuk.

Under tiden börjar du med såsen. Smält smöret i en kastrull, rör ner mjöl. Låt puttra några minuter.

Häll över vinet.

Koka upp vattnet i en annan kastrull med fiskbuljong, häll sedan ner med vinet.

Rör ner grädde, äggulor, socker och salt å peppar. Låt stå på låg värme.

Tillaga fiskfiléerna i mitten av ugnen i 15 min.

Fräs kantarellerna och sparris i smör.

Häll av vattnet från potatisen och häll grädde och äggulor över potatisen. Salta peppra.

Gör mos med elvisp. Fyll sedan i en sprits.

Ta ut fisken, spritsa potatisen runt. Häll över såsen och toppa med räkor, kantareller och sparris.

Ändra ugnen till grill och fortsätt tillaga till potatismoset fått fin färg.



Världens godaste äppelpaj

Ingredienser

8 personer

Blandas ihop

125 gr	Kallt smör
2 dl	Vetemjöl
1 dl	Havregryn
1 1/2 dl	Socker
1/2 - 1 tsk	Flingsalt (viktigt att flingsalt används, används vanligt salt minska på mängden)

Fyllning

800 gr	Äpplen
1 tsk	Kanel
2 tsk	Socker
1 krm	Flingsalt
	Smör till formen

Till servering

Vaniljsås eller glass

Skär smöret i bitar. Rör ihop smör, mjöl och havregryn till en smulig massa. Blanda i socker och flingsalt, ta lite i taget av flingsaltet.

Fyllning: Skala, kärna ur och skär äpplena i mindre bitar.

Blanda äpplena med kanel, socker och flingsalt och lägg i en smord pajform, ca 28 cm i diameter (för 6 port).

Fördela smulorna över äpplena och grädda pajen mitt i ugnen 20–25 minuter, tills den fått fin färg.