

# GRATINERT FISKEFORM I OVNEN

300 gram fiskefilet (torsk eller sei)  
5 poteter  
2 gulrøtter  
1/3 purre  
1/2 liten løk  
2 fedd hvitløk  
1 ts salt  
1/2 ts pepper  
1 dl matfløte  
1 dl H-melk  
1/3 beger creme fraiche  
100 g revet ost  
olje til å smøre forma med



## Slik gjør du:

1. Skjær fisken i tynne skiver. ( Den må først trekke i kokende vann i ca. 10 min sammen med 1/2 ts salt.)
2. Skrell poteter og gulrøtter, skjær de i **tynne** skiver.
3. Hakk løk og hvitløk i **små** biter.
4. Skjær purren i tynne skiver.
5. Smør en ildfast form med olje.
6. Legg fiskebitene jevnt utover bunnen av forma.
7. Dryss over 1/2 ts salt og 1/4 ts pepper.
8. Fordel all løken jevnt over fisken.
9. Legg grønnsakene over fisken, rekkefølge: gulrøtter, purre, poteter.
10. Ta matfløte, H-melk og creme fraiche i shakeren. Rist dette godt sammen. Hell blandinga over det som ligger i forma.
11. Dryss tilslutt over revet ost

**Stekes på nest nederste rille på 210 C i 45 min**

