

### ***Ingredienser:***

4 store fileter  
4 kartofler  
Margarine  
4 forårsløg  
2 tomater  
¼ tsk. karry  
2-3 spsk. hakket persille  
Rugmel  
Evt. 2 citronbåde  
Salt og peber

### ***Tilberedning:***

#### **Tilberedning af grøntsagerne:**

1. Kartoflerne koges, afkøles og skæres i terninger
2. Forårsløgene renses, og hakkes groft
3. Tomaterne skæres i firkantede stykker
4. Brun margarine på en pande, svits forårsløgene heri
5. Tilsæt karry og kartoffelterninger, og steg 5-10 min. ved svag varme
6. Tilsæt tomaterne, og varm godt igennem
7. Smag til med salt og peber
8. Drys med den hakkede persille

#### **Tilberedning af fisken:**

1. De rengjorte fileter vendes i rugmelet, og krydres med salt og peber
2. Brun margarine i en pande, og steg til fisken er smuk gylden

### ***Tilbehør:***

Det er bedst at anvende to pander, så grøntsager og fisk er færdig samtidig. Har man kun en pande, tilberedes grøntsagerne først, og holdes varme til fisken er stegt.

## ***Rødspætter med grønt***

(2 personer)

