

Torsk med løg, pære og vindruer

2 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



Ingredienser

250 g torskfilet

1 stort rødløg

1/2 fast pære

10 røde vindruer

Marinade:

Fintrevet skal og saft af 1/2 økologisk citron

5 dråber fiskesovs

1 spsk. olie

Salt og peber

Pynt: Klippet purløg

Beskrivelse

Bland alle ingredienserne til marinaden sammen.

Skær torskefileten i grove stykker. Skær løget i tynde, tynde skiver. Skær pæren i tynde både. Skær vindruerne i halve og fjern kernerne.

Vend torsk, løg, pære og vindruer i marinaden. Lad det trække mindst 30 minutter - gerne 2 timer på køl.

Bred retten ud i et ildfast fad og bag den ca. 15 minutter ved 175 grader til torsken er mør.

Klip lidt purløg over retten ved servering.