

Rissalat med røget ørred

2 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



Ingredienser

1 ½ dl grønsagsbouillon

¾ dl løse ris

150 g broccoli

150 g grønne bønner

6 soltørrede tomater

75 g røget ørredfilet

Marinade:

1 spsk. rødvinseddike

3 spsk. vand

1 tsk. citronsaft

Salt og peber

Pynt: Soltørret tomat

Beskrivelse

Kog bouillon op. Tilsæt risene og kog dem efter anvisningen på pakken. Fjern risene fra varmen og lad dem trække i ca. 10 minutter. Afkøl risene.

Del broccolien i buketter og skær bønnerne i halve. Kog bønnerne i letsaltet vand i ca. 3 minutter, tilsæt broccoli og kog videre i 1 minut. Afkøl grønsagerne.

Skær de soltørrede tomater i små stykker – tag lidt fra til pynt.

Rør ingredienserne til marinaden sammen.

Skær ørredfileten i små stykker.

Bland ris, broccoli, bønner og tomater sammen og hæld marinaden over. Vend ørredfileten forsigtigt i og pynt med soltørrede tomater.