

Fisk i form

Skrevet av hildeG

søndag 15. februar 2009 13:52 -

En ildfast form smøres godt i bunnen, legg på flyndrefileter. Lag hvit saus, (så fet eller mager du liker,), tilsett et par egg.(valgfritt, men det gjør at sausen stivner mer i ovnen) Legg grønnsaker over fisken - etter budsjett og humør (erter, asparges, blomkål.... i små biter.) Reker, krepsehaler eller annet snadder er heller ikke dumt? Hell over sausen. Strø litt strøkavring på toppen. Lag potetmos etter anvisning på pakken, og sett fine topper langs kanten på formen, Ferdig etter en halvtimes tid i ovnen på 180-200 grader. NAm... Lenge siden jeg har laget denne. Må gjøre det igjen snart. Lettvint middag med alt i en form.