

Potetlefse med hvitløksmarinert røkelaks

2 personer

Allergener: Rug, hvete, melk, fisk

4 stk potetlefser

1 pk kremost

50 g majones

150 g hvitløksmarinert røkelaks

1 stk pepperrot

1 stk sitron

1 pk ruccola

½ rødløk

Rør opp kremosten, majones og smak til med raspet pepperrot, salt og sitron.

Finsnitt rødløken og legg i isvann i 10 minutter for å fjerne litt av den sterke rå-smaken.

For montering, smøre kremosten på lefsen, dekker med laks, ruccola og rødløk. Rasp gjerne litt ekstra pepperrot over. Rull sammen og server!

Currysuppe "tom Kha" med laks

2 personer

Allergener: Fisk, soya, gluten

2 ss tom kha-paste

1 boks kokos "cream" à 330 g

1 dl vann

Soya

Fish sauce

400 g laks i skiver

100 g gulrot

100 g sellerirot

50 g purreløk

½ neve koriander

Svish tom kha-pasten i solsikkeolje i 2 minutter.

Tilsett kokosmelk/krem og vann, kok opp og la trekke i 30 minutter.

Smak opp med soya og fish sauce.

Snitt alle grønnsakene fint, kok i 1 minutt og legg nederst i tallerkenen.

Kutt laksen i 0,5 cm- tykke skiver, legg oppå grønnsakene og legg over en generøs øse med suppe. Ha litt hakket koriander på toppen.

Couscous «poke bowl» med laksesashimi, spicy agurksalat og sesamfrø

2 personer

Allergener: Fisk, soya, hvete, sesam, melk

200 gram laks

2 dl couscous

½ agurk

1/2 ts sesamolje

½ ts sukker

1 ts riseddik

1 ts soyasaus

Sesamfrø

100 g snittet kinakål

Kok couscous etter anvisning på pakken. Kjøøl ned.

Kutt fisken i skiver eller terninger etter hva du selv foretrekker

Knus agurken med en kjevle og legg i en bolle. Bland alle de våte ingrediensene og vend inn i agurken sammen med sesamfrø.

Finsnitt kinakålen og legg i en skål med litt salt og la den ligge i cirka 10 minutter til den faller litt sammen og starter å væske.

Anrett couscousen i en bolle, og topp med alle de andre ingrediensene. Her kan man variere med hva man vil, og tilsette akkurat det man liker selv. For eksempel mango, avokado, granateple, kimchi.