



FISKEKONEN.DK

## Stegte rødspættefileter med bønnesalat



### Du skal bruge:

#### 4 personer

- 500 g grønne bønner
- 2 spsk mayonnaise
- 2 spsk vineddike
- 1 fed hvidløg
- 100 g soltørrede tomater
- 500 g rødspættefileter
- 1 spsk olivenolie

#### Tilbehør:

Godt brød

### Sådan gør du

- Nip eller skær stilk af bønnerne.
- Kog bønnerne i letsaltet vand i 4 min.
- Hæld bønnerne i en sigte, lad dem dryppe af, og læg dem på et fad. Kom mayonnaisen i en skål og pisk vineddiken i lidt efter lidt.
- Hak hvidløget fint, og pisk det i mayonnaisen. Smag til med salt og peber.
- Hæld mayonnaisen over bønnerne.
- Skær de soltørrede tomater i små strimler, og drys over bønnerne.
- Varm olien op på en pande, og steg rødspættefileterne i olien ved jævn varme til de er gyldenbrune på begge sider. Krydr med salt og peber.

Servér rødspættefileterne med bønnesalat og brød.

**Tip:** I stedet for rødspætte kan du anvende ising eller skrubbe