



Oppskrift av Richard Bornefors.

Torsk «47 grader» med smørsaus på gressløk, ørretrogn, syltet løk og potetmos.

Gaggenau-produkt: kombidampovn, koketopp

Forberedelser: 45 minutter

Tilberedning: 1,5 timer

Ingredienser 4 personer:

Torsk

600 g fersk torsk (4 biter)

1 l vann

7 cl salt

Syltet løk

8 skrellede stekeløk (gjærne røde)

3 dl vann

2 dl sukker

1 dl eddik

Smørsaus

1 dl finhakket sjalottløk

2 ss champagneeddik

1 ss vann

2 dl hvitvin

300 g romtemperert smør

1-2 ts salt

3 ss hakket gressløk

1 dl ørret- eller lakserogn

Potetstomp

1 kg små poteter

1 ss salt eller mere, etter smak

hvitpepper, etter smak

3 dl finhakket vårløk

2 dl plukket dill

2 dl melk

Tilberedning

Sett kombidampovnen til 100% damp og 100 °C.

Vask potetene og del dem i to. Legg dem i en perforert form og sett dem i ovnen. Still inn steketiden på 40 minutter.

Bland vann med salt i en bolle. Legg i fisken og avkjøl i kjøleskap i 40 minutter.

Tilsett syltet løk, kok vann med sukker og tilsett eddik. Hell den varme væsken over løkene og sett til side i 2 timer. Del deretter løkene på langs og plukk ut løkbladene.

Man har også mulighet for å gjøre løkene sous-vide i stedet: Legg da løken i en pose og hell væsken over den. Forsegl posen og sett den i ovnen på 100% damp og 80 °C i 30 minutter. Legg posen deretter i isvann. Del så løkene på langs og plukk ut løkbladene.



Til smørsausen koker du sammen sjalottløk, eddik, vann og vin, og reduserer til halvparten. La blandingen surre og visp forsiktig i det romtempererte smøret. Smak til med salt og svart pepper. Skal ikke kokes.

Sett ovnen på 100% damp og 80 °C. Sett fisken på den uperforerte formen, med skinnet opp. Bruk steketermometeret, sett kjernetemperaturen til 45 °C (når fisken er klar til servering, har temperaturen steget til 47 °C).



Mos potetene i en gryte, bland i vårløk, dill, melk og smak til med salt og pepper. La stå varmt.

Bland gressløk og rom forsiktig med en skje i smørsausen.

Legg opp fisken på tallerkenen og fjern skinnet. Fordel sausen godt og legg ut løkbladene. Server umiddelbart med potetmos i små skåler.