Skrei (torsk) med kamskjell og skalldyrsaus

Ingredienser



Stekt torskeloin:
♥ 800 g fersk torskeloin (helst skrei, se tips)
♥ 2 ss maldonsalt (se tips)
♥ 3 ss smør

Stekte kamskjell:
♥ 10 kamskjell
♥ 2 ss smør

Skalldyrsaus:
♥ 3 dl hvitvin
♥ 1 ss maisenna
♥ 5 dl skalldyrkraft
♥ 3 dl kremfløte
♥ 3 ss crème fraîche
♥ 1 ss tomatpuré
♥ 100 g smør (kaldt og i terninger)
♥ 1 ss maldonsalt

Servering:
♥ mandelpoteter
♥ 1 bunt asparges
♥ 2 ss smør
♥ 100 g steinbitrogn
♥ frisk gressløk

Fremgangsmåte

Stekt torskeloin:
Del fisken i store stykker. Dryss fiskestykkene med maldonsalt på begge sider. La fisken ligge slik i ca. 30 minutter. Tørk vekk overflødig salt med kjøkkenpapir.

Varm opp smør i stekepannen og legg fiskestykkene i pannen (har du fiskestykker med skinn, legger du dem i pannen med skinnsiden vendende ned).

Stek fiskestykkene først på den ene siden på middels varme til du får en god stekeskorpe før du snur fiskestykkene og steker på den andre siden. Øs smøret i pannen over fisken noen ganger mens fisken steker. Ha på lokk og la fiskestykkene dampe i noen minutter til du ser at de flaker seg lett (som er et tegn på at de er ferdigstekte).

Stekte kamskjell:
Stek kamskjell på høy varme i smeltet smør. Steketiden skal være kort, knapt 1 minutt på hver side.
Legg kamskjellene over på en tallerken.

Skalldyrsaus:
Ha hvitvin i en kjele. La den småkoke på middels varme til den er redusert til omtrent 1 dl.

Visp først inn maisenna, og deretter skalldyrkraft, kremfløte, crème fraîche og tomatpuré. La sausen småkoke under omrøring til du ser at sausen er redusert til omtrent halvparten og tykkere i konsistensen.

Ta da kjelen av platen. Pisk inn kaldt smør i terninger. Ha i noen terninger av gangen og pisk kraftig for hånd mens smøret smelter og blander seg med sausen. Denne prosessen (emulsjon) gjør at det danner seg en tykk og kremete saus. Smak til sausen med maldonsalt.

Du kan piske opp sausen med en stavmikser rett før servering.

Servering:
Kok mandelpoteter. La asparges trekke i lettsaltet vann og smør til de blir møre.

Legg stekt skrei og kamskjell på tallerken sammen med en skje steinbitrogn. Server dette med kokte mandelpoteter, grønne asparges og den varme, knallgode

skalldyrsausen. Dryss over litt finhakket gressløk.

Tips

Torskeloin:
♥ Skrei er den beste typen torsk som holder til i det iskalde Barentshavet, og som tar turen ned til norskekysten og særlig rundt Lofoten for å gyte sånn i perioden januar - mars. Fisken har fantastisk fast og hvitt kjøtt som flaker seg på en herlig måte, og en nydelig smak.

♥ Torskeloin er den tykkeste og mest kjøttfulle delen av ryggen på torsken, og regnes for å være selve "indrefileten" på torsken. Fersk loin av skrei er eksklusivt, men til gjengjeld noe av den beste fisken man kan spise. Har du ikke skrei, kan denne retten selvsagt også lages med loin av vanlig torsk.

♥ Torskeloin kan kjøpes med eller uten skinn. Dersom du kjøper torskeloin med skinn, starter du stekingen med skinnsiden vendende ned først. Stek på middels varme til skinnsiden har fått god farge før du snur fisken og steker på den andre siden.

♥ Det å salte fiskestykkene en stund før steking gjør at fiskekjøttet trekker seg sammen og avgir litt væske, noe som gjør at torsken holder bedre på fastheten ved varmebehandlingen. Maldonsalt er mildere enn grovt salt, så bruker du det, er det ikke så nøye om du skyller fisken etterpå. Bruker du derimot grovere salt, er det viktig at du skyller vekk dette saltet før du steker fiskestykkene, ellers vil de ferdigstekte fiskestykkene bli alt for salte.

Kamskjell:
♥ Det er viktig at kamskjell varmebehandles veldig kort. Stekes de for lenge, blir de seige i konsistensen, så vær nøye på dette. Jeg har her brukt ferske kamskjell, ferdig renset. Det går fint å bruke frosne kamskjell, men de bør i så fall tines sakte i kjøleskapet over natten før du steker dem dagen etter.

Skalldyrsaus:
♥ Jeg har her brukt ferdigkjøpt, konsentrert skalldyrkraft.

♥ Som alltid bruker jeg meierismør i sausen. Merk at sausen må småkoke nokså lenge for å bli tilstrekkelig redusert og tykk. Sausen må imidlertid ikke koke etter at du har pisket inn smøret, ellers vil sausen lett kunne skille seg. Det er derfor lurt å

lage sausen rett før servering, så den allerede er varm. Dersom dette ikke er mulig og du vil varme opp sausen etter at den er ferdiglaget, går det fint, men du må være ekstremt forsiktig slik at sausen hele tiden holder seg under kokepunktet.

♥ Du kan bruke den type rogn du liker best. Jeg brukte her steinbitrogn, som jeg synes er veldig god. Det går også bra å bruke lodderogn eller lakserogn, og får du tak i løyrom, er det enda bedre! Du kan eventuelt også røre litt av rognen inn i den ferdigkokte skalldyrsausen.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/skrei-torsk-med-kamskjell-og-skalldyrsaus