



Foto: Lena Holmsäter

## Grillad röding

Ingredienser 4 personer

800 g rödingfilé  
1 knippa grön sparris

### Sparriscrème:

skalet från sparrisen  
2 dl rapsolja  
2 st äggulor  
0,5 msk dijonsenap  
1 msk pressad citronsaft  
1 msk finskuren gräslök  
salt och malen vitpeppar

### Kryddblandning:

1 msk fänkålsfrö  
1 msk dillfrö  
0,5 msk anisfrö  
salt  
malen svartpeppar

### Du behöver också:

1 st fiskhalster

## Tillagning

1. **Sparriscrème:** Skala sparrisen och skär av ändarna. Lägg skalen och ändarna i en kastrull och fyll på med olja så att det täcker. Värm upp oljan till 70 grader. Ta av från värmen, låt svalna och kyl oljan. Vispa ihop äggulor och senap. Tillsätt den kalla oljan droppvis och sedan i en fin stråle. Krydda med citronsaft, salt, peppar och gräslök. Ställ svalt till servering.
2. Blanda samman kryddorna till kryddblandningen. Skär röding-en i mindre bitar och krydda med kryddblandningen. Pensla med lite olja och grilla fisken i halster, 2–3 minuter per sida. Krydda med salt och peppar.
3. Pensla sparrisen med olja och grilla den 1–2 minuter. Servera fisk, sparris och sparriscrème med en sallad.