



Parmalindad gös med grillad sparris

Ingredienser 4 personer

600 g	ösfilé (eller annan fast, vit fisk)
4 st	skivor parmaskinka
1 st	grön sparris, (bunt)
	flingsalt
	vinägrett
1 st	rött äpple, finhackat
1 g	dragon, strimlat, (1 blad)
1 dl	äppelcidervinäger
1 msk	honung
2 tsk	fransk senap
1 dl	olivolja

Tillagning

Perfekt snabbmat på grillen. När du har vispat ihop dressingen behöver fisk och sparris mindre än tio minuter på grillen.

1. Gör vinägretten. Vispa ihop vinäger, senap och honung. Tillsätt oljan i en tunn stråle under vispning. Vänd ner äpple och dragon.
2. Ansa sparrisen. Koka upp lättsaltat vatten, lägg ner sparrisen och låt den koka 1-2 minuter. Ta upp och låt rinna av.
3. Skär fisken i portionsbitar och vira in varje bit i en skiva parmaskinka.
4. Grilla fisken runtom och låt den eftersteka (dra den åt sidan på gallret där värmen är lägre) några minuter. Grilla samtidigt den förkokta sparrisen, runtom, cirka 2-3 minuter.
5. Servera den nygrillade fisken med sparris och äppelvinägrett och gärna ett par färska rädisor.