

Laksefrikadeller (2 personer)

300 g frisk laks
1 lille æg
2 spsk. hakket basilikum
2 tsk. reven citronskal(usprøjtet)
1-2 spsk. olie eller oliemargarine

1. Laksen hakkes fint med kniv og kommes i en skål
2. Bland æg, basilikum og citronskal i farsen.
3. Varm fedtstoffet på en pande og form 6 laksefrikadeller som steges i ca. 4 min på hver side.

Remouladesauce

100 g Fraiche 5% (syrnet mælk)
1 tsk. karry
friskkværnet peber
3 tsk. kapers
3 stk. cornichoner (små sylteagurker)

1. Cornichonerne halveres på langs og skæres i små stykker
2. Alle 5 ingredienser blandes sammen og smages til.

Server fx kartofler og kogte gulerødder til.

Opskrift Diætist Helle Kromann