

Enkel sommartilapia

Lata semesterdagar kräver enkel semestermat.

Mat som är okomplicerad, kräver få ingredienser men ändå smakar himmelskt. En bra tumregel är att utgå från tre ingredienser, som var och en för sig är goda men tillsammans blir det magi på tallriken. Här har vi en helig treenighet - tilapia, potatis och fänkål. Lakrits fänkål har en fräsch och kryddig ton av anis som är otroligt gott med fisken och potatisen.

2 personer

Du behöver:

- Två hela tilapia á 500 gram
- Färsipotatis
- Lakritsfänkål (eller vanlig fänkål)
- Smör (rumstempererat)
- 2 citroner
- Salt/peppar



Gör så här:

1. Tänd grillen, gärna 30 minuter innan du ska börja grilla. När ytan på kolen är grå är det klart att lägga på fisken.
2. Medan kolet blir klart kan du koka potatisen. Koka på lite lägre värme. Här har jag använt Amandine. Även sparrispotatis är gott. När potatisen är klar häller du av kokvattnet, lägg en kökshandduk eller hushållspapper över och låt ånga av. Ställ åt sidan med locket på så den håller sig varm.
3. Ta ur tilapian. Nu kan du välja att grilla på två sätt:

- Lägg fisken på grillgallret. Se då till att gallret är rengjort och pensla gärna med lite olja.

- Lägg fisken direkt på kolet. Detta kallas "dirty grilling", eller "dirty tilapia".

Hel fisk behöver ca 15-20 minuter. Vänd efter halva tiden. Kontrollera att fisken är klar genom att sticka i den tjockaste delen. När köttet är vitt och lätt skivar sig är fisken klar. Lägg fisken åt sidan en stund och låt vila.



4. Tvätta citronerna. Riv skalet fint. Blanda citronriv med smör – anpassa mängden smör till hur mycket du älskar det. Dela citronen och pressa även i lite juice. Rör om. Salta lite om så önskas.
5. Ta fram potatisen. Repa fänkålen från stjälkarna. Slunga potatisen med fänkål, citronsmör, salt och peppar.
6. Ta fram två tallrikar. Lägg en tilapia på varje. Pilla bort skinnet. Salta, peppra och lägg på en rejäl klick citronsmör. Servera med potatis, fänkål och smör. Njut!

