

Hel grillad tilapia med vårpesto

Det här är ett fritt recept utan måttangivelser då jag inte kollade så noga. Men det blev bra ändå-smaka av emellanåt bara.

Bege dig till Borstahusen.

Plocka ramslök och nässlor-en rejäl näve av var.

Blanchera nässlorna och krama ur.

Mixa nässlor, ramslök, rapsolja, äppelcidervinäger, salt och peppar.

Sväng förbi Citygross. Införskaffa två tilapia. T

a ur fisken. Osäker hur du gör-kolla in vår tipsvideo.

Fyll med ramslök och lägg även runt fisken.

Bädda in i salt.

Ugnsbaka i 200 grader tills köttet skivar sig. Kolla med en kniv efter ca 20 min.

Servera fisk och röra med kokt potatis eller tunt skuren fänkål och zucchini.