

Smörstekt abborre med Sauterade kantareller



1. Börja med att hacka lite kantareller (på bilden inte hackade) De släpper mer smak om de är hackade ca: en gång. Hackar man dem för mycket blir de sauterade för snabbt.

2. Hetta upp en tjockbottnad panna ([sauteringspanna](#)) och klicka i lite smör, när smöret tystnar är det dags.

3. Panga i svampen och börja sautera. Salta lätt och krydda med vitpeppar.

Först släpper den färska svampen vatten, stek sedan vidare tills vattnet dunstat (reducerat) och fortsätt sauteringen tills svampen är lätt brynt. Kontrollera noga att den inte bränner. rör om med träsked vid behov.

4. Ta upp och lägg den nu sauterade svampen åt sidan på ett fat. Kvar i botten av pannan finns nu en hel del karamelliserade smaker. Dem ska vi ta vara på.

5. Släng en klick smör i pannan och lägg i byxad abborrfilè. Salta & peppra, fisken kommer till en början att fastna i pannan. Låt den göra det, den släpper efter ca: 2-3 minuter.

Då är det dags att vända fisken, stekt 1-2 minuter till. Fisken är färdig när den är helvit och faller isär när du lyfter i ena "benet" på byxan. Ta av fisken som nu är klar och lägg den i folie.

6. I botten på pannan finns nu smaker från fisk och svamp koncentrerat. Klicka i en liten klick smör. Rör med träsked.

I detta skede brukar man vid kött/fågel sautering tillsätta lök för att ta upp smakerna ur pannan, men när man lagar svamp denna rätt gör man bättre i att låta bli. Det hämmar smaken av svampen och fisken som har så mycket smak i sig själva. Det är fisken och svampen som är stjärnorna i denna rätt. Möjligen kan man använda purjo/dill/persilja som garnityr på slutet.

Rör ut smöret, tillsätt den sauterade svampen. Deglasera med matlagningsgrädde d.v.s. häll i grädde och koka upp med svampen på nu lite lugnare temp. Krydda med smör, salt och peppar. Smaka av. Red av grädden med lite "Maizena ljus redning" för att binda ihop den lite.

Servera med potatis, smörklick på sidan. Sätt färg med morötter & persilja.

Forts >>

Noteringar & funderingar

Fisk som tillagas med benen kvar behåller mest smak. Om du har en publik som "tål" kan du steka abborren med ena skinnsidan kvar. Om abborren är stor även med ryggbenet kvar för mer smak.

Med lite ben kvar blir det mer pill och en annars ganska snabb rätt tar lite längre tid och upplevs lite "finare".

Man har ibland lättare att uppskatta smaken om man får arbeta lite för den. Ta kräftor som exempel. Att äta 20 jumbo är väl ingen konst när man sitter på en kräftskiva. Men att äta 20 färdigskalade stjärter på raken är inget vidare.