

# BLANKÅL & NYTÆNKNING

Fisk: Ål

## Ingredienser (4 prs):

1,5-2 kg. ål

## Panering:

1,5-3 spsk. mæl

1 spsk. rasp

0,5 spsk. salt

Margarine til stegning

## Karrysauce:

25 gr. margarine.

3 spsk. groft hakket løg.

Ca. 2 spsk karry.

0,5 ltr. bouillon.

2 spsk. mæl.

0,5 madæble (skåret i terninger)

1 spsk. crème fraiche

Salt

## Pynt:

0,5 agurk skåret i fine terninger

## Tilbehør:

Ris



## Tilberedning:

- De rensede ål skæres i stykker på 5-6 cm. længde.
- Ålene steges gyldne i margarine, 25 minutter i alt
- Tilsæt salt og peber

## Karrysauce:

- Margarinen smeltes i en tykbundet gryde - det hakkede løg svitses et par minutter.
- Karry tilsættes løgmassen og varmes igennem et par minutter under omrøring
- Bouillon tilsættes, og saucen koger 5 - 10 minutter ved svag varme, hvorefter den jævnes
- For at gøre saucen rund og blød i smagen tilsættes nu crème fraiche
- Smag til med salt og peber og evt. lidt mere karry
- Umiddelbart inden serveringen kommes det hakkede æble i saucen, og der pyntes med den finthakkede agurk
- Til retten serveres der løse ris

# RØDVINSDAMPET ÅL

Fisk: Ål

## Ingredienser (4 prs):

1 kg. ål  
1 stort løg  
20 perleløg  
250 gr. champignon  
1 laurbærblad  
1 stilk frisk timian  
2,5 dl. rødvin  
3 dl. fiskefond

## Smørbolle:

25 gr. smør  
2 strøgne tsk. mel  
Salt  
Peber

## Pynt:

Persille



## Tilberedning:

- Ålene skæres i 5-6 cm. store stykker
- Løget skæres i mindre stykker
- Ålen dampes mør i en gryde ca. 20 minutter med rødvin, fiskefond, champignon, løg, perleløg, timian og laurbærblade
- Derefter tages ålen og grønsagerne op af gryden og holdes varme i et tildækket fad.
- Fiskesuppen jævnes med smørbollen og smages til med salt og peber
- Jævningen skal koge ca. 15 minutter og skummes ind imellem.
- Til sidst skal den sies, inden den hældes over de dampede fisk og grøntsager
- Pynt med persille
- Til rødvindampede ål kan serveres pille-kartofler eller broccoli
- Man kan drikke øl eller rødvin til efter smag