



# STEGTE RØDSPÆTTEFILETER MED COUSCOUS-SALAT

## INGREDIENSER (4 PERSONER)

4 store rødspættefileter, vendt i rugmel  
Olie, salt, peber og spidskommen  
2 squash, skåret i tern  
1 peberfrugt, skåret i tern  
2 stilke blegselleri, skåret i tern  
2 avocado, skåret i tern  
Kogt couscous  
Syltede rødløg, citron og groft brød

## SÅDAN GØR DU

Steg squash ved høj varme og drys med salt og peber.  
Bland squash, blegselleri, peberfrugt, avocado og  
couscous til en salat.  
Steg rødspættefileterne i olie på en varm pande og  
drys med salt og spidskommen.  
Servér rødspættefileterne med couscous-salat,  
syltede rødløg, citron og groft brød.

DU KAN FINDE FLERE OPSKRIFTER PÅ PROJEKT FISK'S FACEBOOK SIDE

IFISKA

NORDEA  
FONDEN