

## **Pankogratinerad torsk med örter, citron och parmesan**

4 torskfilé (jag hade styckfrysta rygghiléer)  
salt

### **Örtkräm**

1 dl tjock yoghurt, creme fraiche el liknande  
0.75 dl parmesan, riven  
1 citron, rivet skal + några droppar citronsaft (spara resten till servering)  
1-2 msk frusen basilika el smaka dig fram med andra örter du har hemma  
1 tsk örtagårdskrydda el annan örtekrydda  
salt och peppar  
1-2 vitlöksklyftor, rivna el pressade

### **Frastäcke**

1.5 dl panko el ströbröd  
olja att ringla över fisken och i formen