



FISK

Fisktacos - Tacos de Pescado - Fish Tacos

Kock: **Monika Österheim** Tid: **45 min** Portioner: **4**

Fisktacos med många goda tillbehör - coleslaw, salsa, avokadosås och picklad lök.



Hacka, skär och blanda alla härliga ingredienser i ett nafs. Smaka av allt med lime, salt och hot sauce tills det är jättegott. Snabbpickla god rödlök. Stek fisken på minuter. Sätt fram skålarna och tillbehören och du har fixat en tacofest på en timme och allt från grunden.

Bestäm själv hur du vill tillaga fisken - steka, grilla, panera eller fritera. Det finns flera recept på friterad fisk här på vår sajt.

INGREDIENSER



Picklاد rödlök

2.5 st rödlök, tunt skivad

1 dl äppelcidervinäger, god och bra kvalitet

1 dl vatten

2 nypor salt

2 nypor socker (valfritt)

Coleslaw

250 g vit- eller rödkål, finstrimlat (1/4 - 1/2 huvud)

1 dl majonnäs

1 dl creme fraiche

2 nypor salt

1 tsk el mer hot sauce, t ex cholula el sriracha

1 klyfta pressad limejuice (2st lime går åt till hela receptet)

Topping

3 st tomat, hackade

0.25 st rödlök

1 msk hackad färsk el inlagd jalapeno (el mer om du gillar starkt)

1 knippe färsk koriander, hackad

Avokadosås

1 st stor el 2 små avokador, mogen

1 msk creme fraiche

1 st finriven vitlök

1 nypa salt

1 klyfta färskpressad limejuice (2 st lime går åt till hela receptet)

Servering

1 flaska hot sauce, t ex cholula el sriracha (favoriter)

2 st lime till hela receptet, klyfta det som finns kvar till serveringen

1 knippe färsk koriander, hackad

Tacos

600 g valfri fisk

1 pkt valfria tortillabröd

GÖR SÅ HÄR

1

Snabbpicklad lök: Skiva löken tunt och lägg i en skål. Blanda vatten, salt och ev socker, rör tills det löses upp. Blanda i vinäger. Slå lagen över löken så att det täcker. Om det inte täcker, fyll på med lika delar vatten och vinäger. Låt dra medan du gör resten. Finns det tid picklas löken med fördel över natten men så här har jag gjort i flera år och det blir gott.

2

Coleslaw: Finstrimla kålen. Lägg den i ett durkslag och strö några nypor salt över och vänd runt. Blanda majonnäs med creme fraiche och smaka av med salt, ditt val av hot sauce och lite pressad limesaft. Låt kålen dra i salt en stund till.

3

Topping: Kärna ur tomaterna och skär dem i småbitar (filéa dem gärna, alltså skär bort skalet också men det är överkurs). Hacka löken, den inlagda jalapenon och koriandern. Blanda.

4

Gröp ur avokadon och mosa den lite slarvigt så bitar finns kvar. Rör i en eller ett par matskedar creme fraiche till bra konsistens. Riv vitlöksklyftan och blanda i. Smaka av med pressad limesaft och en nypa salt. Lägg i en bit plastfolie tätt över avokadosåsens yta så länge.

5

Krama den strimlade kålen tills den mjuknar och blanda med såsen du förberedde tidigare. Smaka av igen och korrigera om det behövs.

6

Förbered allt till servering och gör fisken sist. Skär limeklyftor. Hacka koriander. Förbered dina tortillas. Sätt fram Cholula och skålarna med tillbehör.

7

När allt är klart tillagar du fisken på det sätt du valt. Den kan stekas eller grillas rakt upp och ner, paneras och sedan stekas eller friteras om du hellre väljer det.