

# Smaklig fiskgryta

Ingredienser till 4 portioner.

5-6 hekto benfri aborrefilé.

1 burk krabba.

1 purjolök.

1 burk tomater (utan spad).

Finklippt dill.

1 tesked salt.

1 kryddmått vitpeppar.

3 matskedar margarin.

1 1/2-2 deciliter vispgrädde.

1 matsked tomatpuré.

Gör så här:

Ansa, skölj och skär purjolöken i bitar. Skär tomaterna i skivor. Smörj rikligt en kastrull eller gryta med margarin. Varva fisken med krabba, purjolök, tomater och dill. Salta och peppra mellan varven. Klicka över resten av margarinet. Blanda grädden med tomatpuré och häll detta över fisken, koka grytan på svag värme tills fisken är klar, cirka 15-20 minuter.

Garnera med dill och servera med nykokt potatis eller ris och någon fräsch sallad.