



Ovnsbakt rødspette med rødbeter og pepperrot

Til 4 personer

1,2 kg fersk rødspette, hel

2 ss rapsolje

2 ss smeltet smør til å dryppe med

6 rødbeter, kokte

1 dillkvist, plukket

2 ss sitronjuice

1 dl Green Giant maiskorn

2 ss smør

Pepperrot, revet

400 g melne poteter, skrellede

1 dl H-melk (3 %)

1 dl Green Giant maiskorn

1 ss smør

Del rødspetten i fire biter og krydre med salt og pepper.

Legg fisken med skinnsiden opp på et stekebrett, og drypp over olje og smørklatter.

Stekes i ovn ved 180 grader til kjøttet er gyllenbrunt og løsner fra benet. Drypp over smør under steking, som tar ca 15-20 minutter.

Del rødbetene i båter og fres dem i smør. Tilsett dill og maiskorn. Smak til med salt, pepper og sitronjuice.

Riv pepperroten fint.

Kok potetene og hell av vannet. Bland i mais, smør og varm melk. Smak til med salt og pepper.

