

# UKENS OPPSKRIFT

Fra  
**RÅGO**<sup>®</sup>



## Laksepakke

(4 personer)

**500 g laksefilet**

**2 gulrøtter**

**1 fennikel**

**1 squash, uten frø**

**Håndfull fersk spinat**

**4 ss usaltet smør**

**4 ts balsamicoeddik**

**Salt og pepper**

Tips: Det er godt med krydderurter over fisken, for eksempel frisk timian.

Sett ovnen på 200°. Kutt laksen i 4 passende biter. Vask og rens grønnsaker og kutt i strimler. Kok opp lettsaltet vann i kjele. La gulrøtter koke i 3 min. Tilsett fennikel og squash og kok grønnsakene i 2 min til. La spinatbladene få et oppkok helt til slutt. Ta opp grønnsakene og la de renne av seg. Ha bakepapir i en bolle slik at kantene står opp. Legg grønnsakene i bunn. Tilsett salt, pepper og 1 ts eddik. Legg en fiskefilet på blandingen. Dryss salt og pepper over samt 1 ss smør. Knyt sammen endene på bakepapiret med hyssing. Stekes i ovnen i ca. 15 min. Åpne hver pakke forsiktig ved servering.

**RÅGO**<sup>®</sup>  
Fra  
TRONDHEIMS  
KJØKKENHAGE