

Saltet torsk med tomat sauce og pocheret æg

100 gr fisk pr person

salt og peber

Æg

1 stk æg pr person

salt og peber

mikro film

olie

krydderurter

Tomat sauce

4 stk tomater

salt og sukker

3 stk timiangrene

1 spk tomat koncentrat

1 stk skalotteløg

1 dl sød vin

100 gr smør

salt og peber

Skær fisken ud i tynde skiver, lægges på bagepapir, krydres med salt og peber, lad det trække indtil brug.

Sauce:

Skær tomaterne igennem, lægges i et ildfast fad, krydres med salt, sukker og læg timiangrene på, sættes i en forvarmet ovn ved 225 g i 30 min.

Kom tomaterne op i en gryde, tilsæt fint hakket skalotteløg og tomat koncentrat, lad det simre i ca 10 min. Tilsæt sød vin og halvdelen af smørret, lad saucen koge stille ned i ca 10 min, sigt saucen, koges ned til den har en passende konsistens.

Ved servering piskes resten af smørret i, smages til med salt og peber.

Æg:

Beklæd en kop med film smurt i lidt oliven olie, slå ægget ud i koppen, krydres med salt og peber, bind filmen godt omkring æggene. Koges i vand og eddike i ca 4 1/2- 5 min.

Tag æggene op og fjern filmen.

Pluk krydderurter og bland dem.