

PÅ TALLRIKEN:

MATBLOGG MED LOKALA RÅVAROR I FOKUS

INKÖPSLISTA

BERGTUNGA MEUNIÈRE

MED OSTRONSKIVLING, BRYNT SMÖR; FÄRSKA ÖRTER & KAPRIS

- Bergtunga, 4st filéer á ca 130 g (alt. rödtunga eller sjötunga)
- Mjöl 1 ½ dl
- Smör 200 g
- Ostronskivling, 150 g
- Persilja, 1 knippe (ca ½ dl hackad)
- Gräslök, 1 knippe (ca ½ dl hackad)
- Kapris, ½ dl
- Citron, 1 st (varav ½ pressad o ½ som tillbehör)
- Salt
- Potatis
- Sockerärter, 200 g