



Statt Torsk

Fra dype, rene fjorder til din tallerken

Stadlandet er kjent for tøffe værforhold, vill natur og rike tradisjoner innenfor fiske og havbruk.

I våre havområder er fjordene kalde, dype og rene, noe som gir helt optimale forhold for oppdrett av torsk. Her lever vi i og av naturen – og vet at vi må ta vare på livsgrunnlaget vårt. Derfor er det en selvfølge for oss å drive havbruk på en mest mulig bærekraftig måte, med god fiskehelse og marint fôr i bunn.

Når du legger vår torsk på tallerkenen kan du være trygg på at den har hatt en god oppvekst. Du kan også være trygg på at den holder en kvalitet som vil bidra til å gi deg et fantastisk måltid.

For mer informasjon om Statt Torsk AS, se statt.no

Torsk gir et hav av muligheter

Det er mange grunner til at det er populært å legge torsk på middagstallerkenen både til hverdags og fest.



Vår superferske torsk bidrar neppe til å minske denne populariteten. Torsken har et hvitt og fast kjøtt, med flott, flaket struktur. En fin og unik smak, gjør at den passer til mange ulike typer tilbehør og sauser. At torsken både kan trekkes, stekes, ovnsbakes og grilles, bidrar også til å gjøre smaksopplevelsene og variasjonsmulighetene store.

Du har kanskje allerede dine egne favorittretter med torsk som du alltid vender tilbake til? Skulle du trenge et par nye oppskrifter, deler vi noen med deg på de neste sidene. Vel bekomme!

Pannestekt torskeloin med spinat og granateplesaus

Ingredienser 4 pers.

4 porsjonsstykker torskeloins
eller fileter á ca. 150 til 180 g

500 g fersk spinat

2 ss smør

2 fedd hvitløk

1/2 gul løk

1/2 fersk chili

1 sitron

En halv agurk

1 granateple

1 bunt koriander

1 ts flytende honning

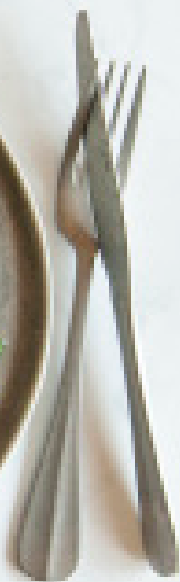
3 ss olivenolje

Salt og nykvernet pepper

Start med å lage sausen. Ta ut kjernen av agurken og hakk agurken i små terninger. Finhakk løk, koriander og chili, og bland det sammen med agurken, olivenolje, honning, saften av en halv sitron, salt og pepper. Avkjøl sausen i kjøleskapet.

Skyll spinaten og fres den i smør og finhakket hvitløk til spinaten er mør. Ha i saften av en halv sitron, og krydre med salt og pepper.

Krydre torskestykkene med salt og pepper, og stek dem i godt med smør på begge sider. Torskestykkene er klare når de har fått en gyllen og sprø skorpe.



Torskefrikassé

Ingredienser 4 pers.

800 g torsk uten skinn
2 gulrøtter
1 purre
1 løk
1 sjalottløk
1 dl tørr hvitvin
Saften av 1 sitron
1,5 dl fløte
Salt og nykvernet pepper
Timian eller gressløk
Smør
2 ss mel

Skrell gulrøttene og rens purren, og skjær dem opp i skiver. Grovhakk gul løk og sjalottløk, og fres dem gylne i smør. Tilsett så purren, og stek til den blir gyllen og mør. Ha i gulrøttene og stek alt sammen et par minutter. Tilsett mel og bland det godt inn. Tilsett så hvitvin før du heller i fløte. Deretter krydres blandingen med salt, pepper og urter. La det småputre i 10 minutter. Ha så i saften av en sitron.

Del fisken i mellomstore terninger og ha dem i gryten. La det småkoke på lav varme i ca. 5 minutter. Server torskefrikasséen med ris eller kokte poteter.





Superfresh
codTM

statt.no