

Fang den og røg den på stedet:

Tangrøget havørred med rygeostcreme, ristet rugbrød og spidskålssalat

Fisk smager bedst, når de er friske, og den allerbedste og allerfriskeste fisk får du selvfølgelig ved selv at fange den og tilberede den på stedet.

Af Gordon P. Henriksen

Kystlinjerne på Sjælland, Møn og Lolland-Falster giver gode lystfiskermuligheder. Her får du mit bud på den perfekt frokost på fisketuren, men den gør sig også glimrende serveret på terrassen eller hjemme i stuen. Og har du ikke lige heldet til selv at fange en havørred under klinterne, ja så kan retten også sagtens tilberedes med fisk fra fiskehandleren.

Fisken kan grilles på bål eller i kuglegrill eller gasgrill. Start med at lægge fileterne på kødsiden så smagen og safterne forsejles og fisken får nogle fine grillede striber fra den varme rist. Vend fisken og læg den på risten med skindsiden nedad. Normalt når man røger bruges der røgesmuld eller træflis, men i dette tilfælde tager du bare lidt tørret tang fra stranden og smider på gløderne. Det giver en dejlig pikant røgsmag til fisken.

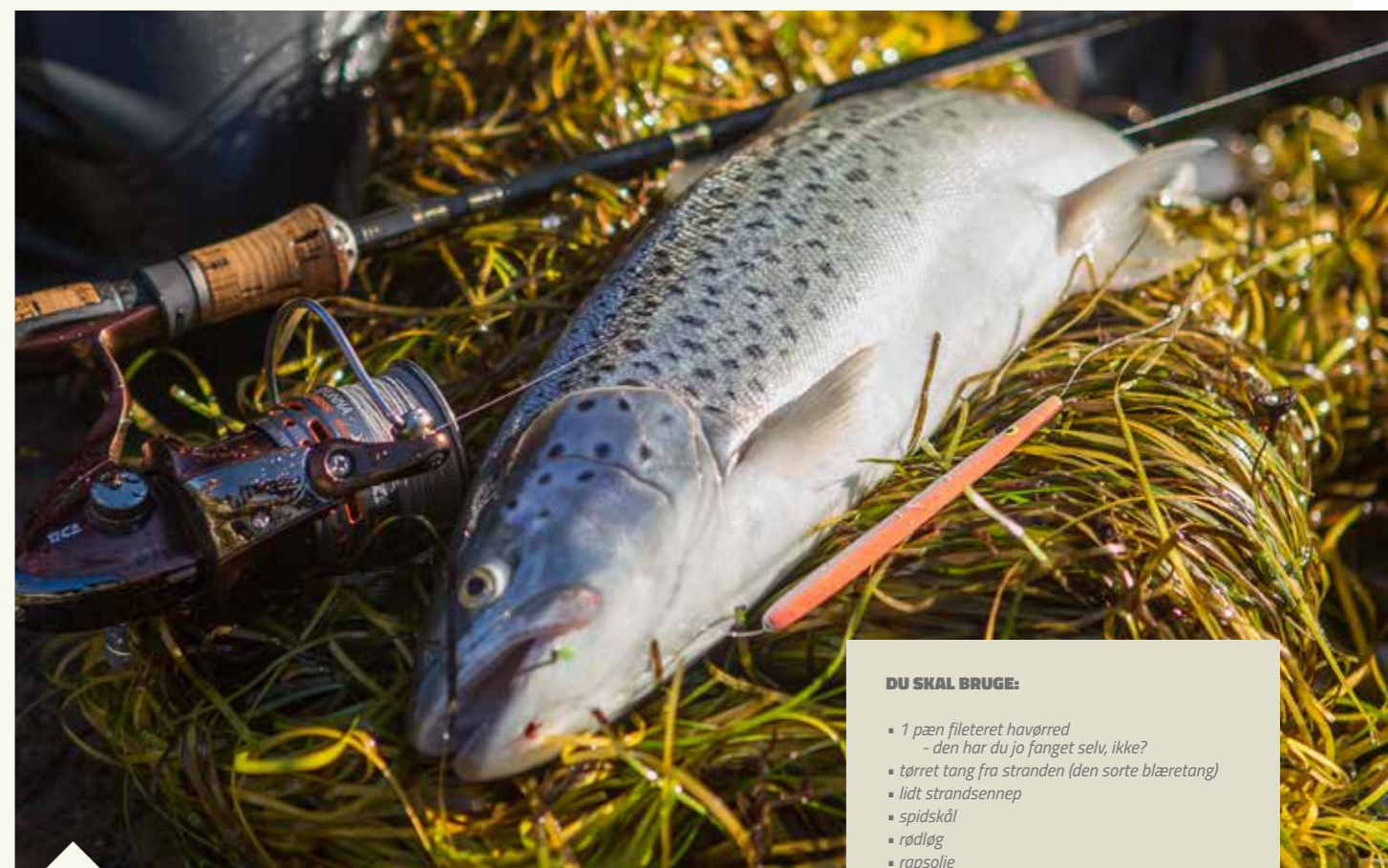
Bruger du gasgrill, kan du pakke noget tang ind i sølvpapir og lægge det på varmeelementerne. Fisken må ikke få for meget og skal helst ikke være helt gennemstegt. Giv den ca. 15-20 minutter alt efter varme og tykkelse på fileterne.

Er det sæson, kan du plukke lidt strandsennep under klinterne og drysse over fisken. De grønne skud med lilla blomster er enormt dekorative og giver retten et ekstra pift, der står rigtig godt sammen med sennepen i spidskålssalaten. Spidskålssalaten er nem. Den består bare af spidskål i grove strimler og lidt løgringe. Dressingen røres op af rapsolie, hvidvinseddike, sennep fra Nyords sennepsmølle, honning (gerne rapshonning fra Tjørnemosgaard) samt lidt salt og peber. Drys evt. også lidt strandsennep på salaten. Lidt lokale kartofler køber du i

vejkanten, og de kan koges hjemmefra eller på stedet. Vi nøjes ikke med røgsmag i fisken, men også i en rygeostcreme. Den er nem at tilberede, har en dejlig røgsmag og er et frisk pust på mange retter. Creme fraiche og rygeost blandes i forholdet 1:1 og krydres med salt og peber. Nogle kan lide kapers og urter i cremen, men jeg foretrækker at holde min enkel. Lidt citronsaft i er dog udmærket.

Hæld en anelse rapsolie på rugbrøds-skiverne og rist dem over kullet. Når fisken er klar, anrettes et stykke på ristet rugbrød med rygeostcreme på fisk og kartofler og en portion spidskålssalat til. Det sprøde brød, den friske fisk og rygeostcremen smager himmelsk sammen. God appetit, og glem ikke en kølig Klintekongens Klassik til.

FISK



DU SKAL BRUGE:

- 1 pæn fileteret havørred - den har du jo fanget selv, ikke?
- tørret tang fra stranden (den sorte blæretang)
- lidt strandsennep
- spidskål
- rødøløg
- rapsolie
- hvidvinseddike
- stærk/sød sennep - gerne fra Nyords Sennepsmølle
- honning - gerne frisk rapshonning fra Tjørnemosgaard
- salt og peber
- nye kartofler
- 2 dl cremefraiche
- 200 g rygeost - gerne hjemmelavet og hjemmerøget
- lidt frisk citron
- godt groft rugbrød
- et par kolde øl - gerne fra Bryghuset Møn

GORDON P. HENRIKSEN er en af Danmarks mest kendte lystfiskere og medvirker i flere tv-programmer bl.a. på DR2 og National Geographic Channel. Flere af programmerne er optaget på Møn, hvor Gordon ofte fisker. Du kan læse mere om Gordon og se flere opskrifter på ...

megalops.dk