

Små regnbågar på het sten (För 4 pers)

En genialiskt enkel rätt vars ursprung är över 3000 år gammalt.

ett antal små regnbågar

salt

smör

mjöl

Tillredning:

- 1 Rensa, fjälla och filéa regnbågarna. Skär ifrån huvud till stjärt på båda sidor och lossa från benet.
- 2 Gnid in filéerna i rikligt med salt och låt vila i 2 timmar.
- 3 Lägg en flat sten i eldstadens glöd. Tag bort överflödigt salt från filéerna.
- 4 Vänd filéerna i mjöl och stek i smör på den heta stenen. OBS: det är viktigt att stenen är riktigt het.

Servering:

Serveras gärna med ungsbakad potatis eller potatismos