

# Grillade "smoky" fiskspett med kiwisås

2 port

## Ingredienser:

2 port. vit fisk, i kuber,  
t.ex. torsk, kolja

## Rökig marinad

1 st chipotle, torkad,  
rökt jalapeno  
0,5 st jalapeno  
2 msk persilja  
1 klyfta Vitlök  
0,5 dl olja  
2 klyftor citron, saften  
av

1 tsk honung  
salt o svartpeppar

## Kiwisås

2 st kiwi, skalade  
2 st schalottenlökar  
2 klyftor citron, saften  
av

1 msk honung  
0,5 dl rapsolja  
salt o svartpeppar

## Servering

ris, kokt  
sallad  
apelsin  
avokado

## Gör så här:

Kör ingredienserna till marinaden i en mixer. Lägg fiskkuberna i marinaden och låt dra en stund. Kör alla ingredienserna till kiwisåsen i en mixer. Smaka av med salt och peppar och håll upp i en skål. Trä fiskkuberna på grillspett och lägg dem på grillen i några minuter tills de känns klara. Vänd försiktigt på dem under tiden du grillar dem. Servera direkt med kiwisåsen, ris och en god grönsallad.



# Grillade "smoky" fiskspett med kiwisås

2 port

## Ingredienser:

2 port. vit fisk, i kuber,  
t.ex. torsk, kolja

## Rökig marinad

1 st chipotle, torkad,  
rökt jalapeno  
0,5 st jalapeno  
2 msk persilja  
1 klyfta Vitlök  
0,5 dl olja  
2 klyftor citron, saften  
av

1 tsk honung  
salt o svartpeppar

## Kiwisås

2 st kiwi, skalade  
2 st schalottenlökar  
2 klyftor citron, saften  
av

1 msk honung  
0,5 dl rapsolja  
salt o svartpeppar

## Servering

ris, kokt  
sallad  
apelsin  
avokado

## Gör så här:

Kör ingredienserna till marinaden i en mixer. Lägg fiskkuberna i marinaden och låt dra en stund. Kör alla ingredienserna till kiwisåsen i en mixer. Smaka av med salt och peppar och håll upp i en skål. Trä fiskkuberna på grillspett och lägg dem på grillen i några minuter tills de känns klara. Vänd försiktigt på dem under tiden du grillar dem. Servera direkt med kiwisåsen, ris och en god grönsallad.



# Grillade "smoky" fiskspett med kiwisås

2 port

## Ingredienser:

2 port. vit fisk, i kuber,  
t.ex. torsk, kolja

## Rökig marinad

1 st chipotle, torkad,  
rökt jalapeno  
0,5 st jalapeno  
2 msk persilja  
1 klyfta Vitlök  
0,5 dl olja  
2 klyftor citron, saften  
av

1 tsk honung  
salt o svartpeppar

## Kiwisås

2 st kiwi, skalade  
2 st schalottenlökar  
2 klyftor citron, saften  
av

1 msk honung  
0,5 dl rapsolja  
salt o svartpeppar

## Servering

ris, kokt  
sallad  
apelsin  
avokado

## Gör så här:

Kör ingredienserna till marinaden i en mixer. Lägg fiskkuberna i marinaden och låt dra en stund. Kör alla ingredienserna till kiwisåsen i en mixer. Smaka av med salt och peppar och håll upp i en skål. Trä fiskkuberna på grillspett och lägg dem på grillen i några minuter tills de känns klara. Vänd försiktigt på dem under tiden du grillar dem. Servera direkt med kiwisåsen, ris och en god grönsallad.



# Grillade "smoky" fiskspett med kiwisås

2 port

## Ingredienser:

2 port. vit fisk, i kuber,  
t.ex. torsk, kolja

## Rökig marinad

1 st chipotle, torkad,  
rökt jalapeno  
0,5 st jalapeno  
2 msk persilja  
1 klyfta Vitlök  
0,5 dl olja  
2 klyftor citron, saften  
av

1 tsk honung  
salt o svartpeppar

## Kiwisås

2 st kiwi, skalade  
2 st schalottenlökar  
2 klyftor citron, saften  
av

1 msk honung  
0,5 dl rapsolja  
salt o svartpeppar

## Servering

ris, kokt  
sallad  
apelsin  
avokado

## Gör så här:

Kör ingredienserna till marinaden i en mixer. Lägg fiskkuberna i marinaden och låt dra en stund. Kör alla ingredienserna till kiwisåsen i en mixer. Smaka av med salt och peppar och håll upp i en skål. Trä fiskkuberna på grillspett och lägg dem på grillen i några minuter tills de känns klara. Vänd försiktigt på dem under tiden du grillar dem. Servera direkt med kiwisåsen, ris och en god grönsallad.

