

TORSK I TOMATSAUCE

4 personer

- 400 g. torskefilet
- 1 løg
- 1 spsk. margarine
- 1 spsk. mel
- 4 flåede tomater
- 2 stængler blegselleri
- 2 hele nelliker
- 1 laurbær
- 1 tsk. salt, peber
- 3 dl. bulgur
- 6 dl. bouillon
- ½ dl. hakket persille

Løget hakkes og svitses i margarinen.
Mel og krydderier røres i.
De flåede tomater skæres i skiver og svitses med.
Retten koger ca. 10 min. under omrøring.
Tag laurbær og nelliker fra.
Læg fileterne i et smurt ovnfast fad og hæld tomatsovcn over.
Retten stilles i en forvarmet ovn i 30 min. ved 200°.
Bulguren koges i bouillon i 10 min. og blandes derefter med persille.

Tilbehør: flute

