

# Mørksej med druer og valnødder

2 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



## Beskrivelse

Hak løg og hvidløg fint. Skær peberfrugten i tern. Skær valnødderne i mindre stykker.

Hæld piskefløden i bunden af et ovnfast fad. Gnid fisken med salt og peber. Læg den i fadet sammen med løg, hvidløg, peberfrugt, nødder og vindruer. Dryp med lidt olie og stil fadet i en varm ovn ved 200 grader i ca. 30 minutter.

Server retten med kartofler eller ris og dampet broccoli.

## Ingredienser

400 g mørksejfilet

3/4 dl piskefløde

1 lille løg

1 fed hvidløg

1 rød peberfrugt

50 g valnøddekerner

100 g grønne vindruer, kernefri

Olie

Salt og peber

Tilbehør: Kartofler eller ris og dampet broccoli