

Stekte kamskjell med pinjekjerner og pargesandressing



Det er torsdag og omtrent helg. Her kommer et forslag til en svært god forretts du med hell kan lage til mange eller bare til deg selv. Carpe scallops, hvis du skjønner.

Kamskjellforrett:

(til 4-6 pers)

8 kamskjell (jeg brukte frosne som jeg tinte)

blandet salat, gjerne med ruccola

pinjekjerner, ristet i en tørr stekepanne

litt olje og smør til steking

salt, pepper

Parmesandressing:

ca 0,25 sjalottløk, finhakket

1 fedd hvitløk, finhakket

1 egg + 1 eggeplomme

30 gram revet parmesan

1 dl solsikkeolje

2 ss sitrønsaft

salt og pepper

1. Begynn med dressingen. Ha hvitløk, sjalottløk, egg og sitrønsaft i en bolle og kjør med stavmikseren til det får en luftig, kremet konsistens. Tilsett en dråpe olje mens du kjører stavmikseren, spe så oljen i en tynn stråle så det ikke skiller seg. Ha i parmesan og kjør igjen. Smak til med salt, pepper og mer sitrønsaft.

2. Legg salat på tallerkener og rist ounjekjerner.

3. Stek kamskjell: Ha stekepannen på 70-90 prosent varme og tilsett litt olje (se at det bobler litt). Tørk av kamskjell og stek maks 2 minutter på ene siden, da bør de ha fått en lysebrun farge. Snu skjellene og ha smør i pannen. Stek 1-2 minutter til, mens du øser over smøret. Strø over litt salt og pepper.

4. Ha kamskjell på salat, ha over dressing og pinjekjerner.

5. Spis i scallop-galopp! (Ok, jeg bare måtte. Scallops er så mye morsommere enn kamskjell. #nerd)

