

Naturliga smaker från Island

Grimsis erbjuder fisk som kommer från ett småskaligt, etiskt och miljövänligt fiske på Island.

Vår fisk kommer från livskraftiga bestånd. All fisk från Grimsis är 100% spårbar till fångstdag, fångstfartyg, fångstredskap och fångstområde.

Fisken är filéad, fryst och packad på Island.

Vår fisk är märkt med Iceland Responsible Fisheries, IRF. Fisk märkt med Iceland Responsible Fisheries garanterar ett hållbart fiske från livskraftiga bestånd.

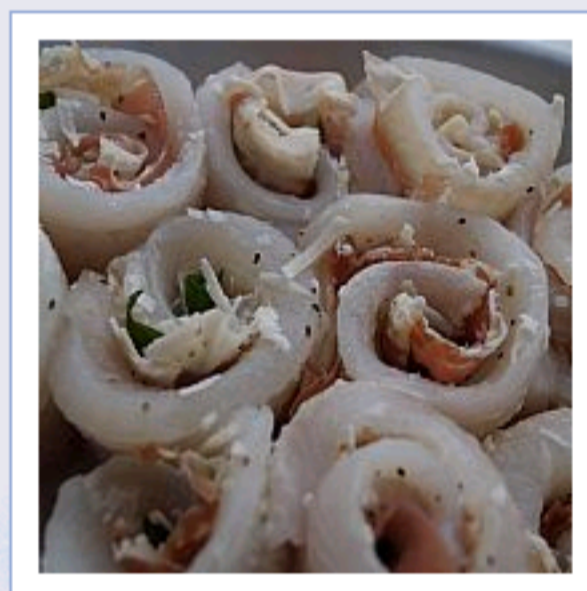
Här ser ni några foton från Island, bla. Lúðvík med 3 torskar och Maggi med krokfångad havskatt. Dessutom ett foto från fiskhamnen på Arnarstapi och en glad fiskrensartej i fiskebyn Ólafsvík på Islands västkust.



Maggi med krokfångad havskatt

Veckans recept:

Rödtungamedalj med parmaskinka och mynta



800 g rödtungafilé
 50 g parmaskinka, tunna skivor
 40 g pecarinoost / parmesanost, riven
 mynta
 0,5 tsk salt
 Sås
 0,5 gul lök
 1 msk smör
 125 g gröna ärtor
 2 dl hönsbuljong
 0,5 dl grädde
 2 msk vitt vin
 1 mskmynta,
 hackad
 salt och peppar
 olivolja, 1/2 dl vitt vin, mynta

Gör så här

Skala och finhacka löken. Låt den svettas i smöret några minuter i en kastrull.
 Tillsätt ärtor och buljong och låt det koka upp.
 Tillsätt grädde och vin och koka upp igen.
 Tillsätt myntan och smaka av med salt och peppar. Mixa och sila såsen.

Dela fiskfiléerna på längden. Krydda filéerna med salt och citronpeppar.
 Fördela skinka, ost och mynta på fiskfiléerna.
 Kanske behövs skinkskivorna delas. (Skinksmaken kan lätt bli dominant.)
 Rulla samman och lägg i en ugnsfast form. Häll över lite olivolja och lite vitt vin. (Så här långt går det bra att förbereda och ställa i kylan.)

Ugnsbaka i 180 grader, i cirka 15 minuter. Kontrollera gärna så att fisken är vit helt igenom.

Precis före serveringen värms såsen och mixas igen för att få till skummet. Garnera med mynta.

Servera gärna pressad potatis till.

Fler goda fiskrätter hittar du om du klickar [här](#).

Nyheter

Ny återförsäljare: Rinkeby Kött & Vilt i Nyköping!

Gilla 725 personer gillar detta. [Gå med för att se vad dina vänner gillar.](#)

Välkomna att ta del av informationen på vår hemsida och att kontakta oss om ni har några frågor!

Telefon: 033-289095

Kristina: 0733 - 28 94 62 Tryggvi: 0733 - 28 94 61

