

## Stekta fiskkotletter inne eller ute

*Att skära en fisk tvärsöver i kotletter och steka den i stekpanna är ett av de allra enklaste sätten att tillaga fisk på. Benen petar man bort när man äter. Öring, lax, röding eller varför inte en havskatt eller en stor makrill passar att laga till detta vis. Har man en bra utestekpanna är detta ett mycket enkelt och bra sätt att fixa fiskmiddag ute.*

### Ingredienser:

1/2 öring eller annan fisk på ca ett kilo (andra halvan kan man göra soppa på)

salt

peppar

smör + olja



### Gör så här:

Skär fisken i 1,5 cm tjocka skivor. Smält smör med oljan i stekpannan (då bränns det inte lika lätt)

Stek två-tre kotletter i taget några minuter på varje sida. Salta och peppra efter smak. Ät gärna fisken med foliestekta grönsaker, eller varför inte i stenåldersstil med fingrarna!