

Grillad citron- apelsinmarinerad marulksfilé

med sweet chilli-räkor och honungsyoghurt tillsammans med sommarens guld, färskpotatis och en liten blandsallad.

Ingredienser för 2 personer

4 st skivor à 100 g marulksfilé	50 g smör
6 st tigerräkor	1/2 dl akaciahonung
1 st apelsin	300 g färskpotatis
2 st citroner	1 st knippe dill
1/2 dl sweet chilli saue	50 g blandsallad (ruccola, mangoldskott)
1 dl matolja	salt & peppar
3 dl matlagningsyoghurt	

Gör så här

1. Riv av skalet av apelsinen och en citron på ett rivjärn (försiktigt så att du inte får med det vita köttet). Dela sedan frukten och pressa saften i en bunke, plocka bort eventuella kärnor.
2. Blanda skalet och 1 dl matolja samt salt och peppar.
3. Lägg i marulken så att den täcks. Låt stå, gärna några timmar eller ännu hellre, över natten.
4. Lägg tigerräkorna i en skål och blanda runt dem med sweet chilli sauce och låt stå lika länge som marulken.
5. Tänd grillen så att den hinner få en bra glöd och snåla inte med kolen. Vid dåligt väder fungerar det med en stekpanna på spisen.
6. Sätt på potatisen med salt och dillknippan i vattnet.
7. Blanda nu yoghurten och honungen med lite citronsaft från den andra citronen efter eget tycke så att det blir lagom med syra och sötma.
8. Lägg upp marulken och räkorna på ett fat och torka bort det mesta av marinaden så att det inte börjar brinna på grillen.
9. Ta ca 3 msk av honungsyoghurten och blanda runt i salladen så att den blir krämig. Resten av yoghurten används som sås till middagen.
10. Grilla nu marulken och räkorna i några minuter på vardera sida. Med rätt tajming ska nu även potatisen vara färdig.

