

# Krämig Fiskgryta med Bacon

## KRÄMIG FISKGRYTA MED BACON

Receptet är för 2 - 3 portioner

500 gram torskfilé

125 gram bacon

4 dl kokosmjök

2 msk dijonsenap

2 dl hackad gräslök

2 st tomater

Efter tycke & smak himalayasalt

## HUSGERÅD

Måttsats

Stekpanna

Sax

Bunke

Ballongvisp

Kniv

# Krämig Fiskgryta med Bacon

## Krämig Fiskgryta med Bacon

Så här gör du

- Klipp baconet i mindre bitar och bryn det lätt i en panna med högre kanter eller i en gryta
- Vispa samman kokosmjölken och dijonsenapen i en bunke och håll sedan över baconet
- Rör om och låt koka samman i ca 10 minuter tills det tjocknat något, rör då och då
- Tillsätt gräslöken
- Skär torskfilén i mindre bitar
- Tillsätt torsken
- Koka upp och smaka eventuellt av med lite salt
- Dra grytan från spisen och låt stå i 7 minuter tills fisken är klar
- Kärna ur och dela tomaterna i mindre bitar
- Vänd ner tomaten i fiskgrytan innan servering

Nu är Fiskgrytan klar att avnjutas!

Ät tillsammans med zucchini nudlar, [blomkålsris](#) eller en härlig sallad.

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus