

# Strömmingslåda med dijonsenap och tomatsås

## STRÖMMINGSLÅDA

För 4 personer

500 gram strömming

Efter tycke & smak dijonsenap

Efter tycke & smak himalayasalt/havssalt

Efter tycke & smak vitpeppar

3 dl kokosmjölk

3 dl finkrossade tomater

1-2 dl hyvlad mandel (ska täcka lådan)\*

Efter tycke & smak kokosolja

## HUSGERÅD

Måttsats

Sax

Ugnsform

Bunke

Ballongvisp

# Strömmingslåda med dijonsenap och tomatsås

## Strömmingslåda med dijonsenap och tomatsås

Så här gör du

- Sätt ugnen på 200 grader
- Klipp bort ryggen på strömmingsfiléerna
- Lägg upp filéerna med skinnsidan nedåt
- Bred på dijonsenap
- Salta och peppra
- Strö över hackad dill
- Rulla ihop och lägg i en ugnform smord med kokosolja
- Vispa ihop kokosmjölk och finkrossade tomater i en bunke
- Häll blandningen över Strömmingen
- Strö på hyvlad mandel
- Grädda Strömmingslådan mitt i ugnen i ca 40 minuter

[Strömmingslåda 1](#) unknown

Ät och njut din Strömmingslåda tillsammans med t.ex. [blomkålsris](#), nykokta grönsaker eller varför inte [broccolimos](#) och en härlig sallad.

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore \[shoppingcarticon\]](#)