



# Ugnsbakad skrei med tomat och vitlök.



Besök [norskfisk.se](http://norskfisk.se) för  
fler recept och tips.





# Ugnsbakad skrei med tomat och vitlök.

## 4 portioner

800 g skreifilé i bit, utan skinn och ben	1/2 tsk röd chili	salt och peppar
1 lök	100 g tomatpuré	färsk timjan
4 tomater	1 dl vitt vin	
3 vitlöksklyftor	1 dl olivolja	<b>Tillbehör</b>
	socker	bröd

## Gör så här

Sätt ugnen på 200°C.

Rimma skreien enl anvisning på sid 8.

Skär löken i tärningar, skiva tomaterna och finhacka vitlöken och chilin.

Fräs lök och vitlök i lite olivolja tills de tagit färg.

Tillsätt chili och tomatpuré och fräs med löken en liten stund.

Häll på vitt vin och smaka av tomatsåsen med socker, salt och peppar.

Lägg den hela biten skreifilé och tomatskivorna i en ugnsfast form.

Tillaga i ugnen ca 20 minuter, till innertemperatur 50–55°C.

Fördela sen den varma tomatsåsen runt skreien, häll över olivolja, strö över hackad timjan och servera med bröd.