

# Torsk i pose

Forfattere: Majbritt Pless

## Introduktion:

Opskrift på smagfulde torskeposer, hvor man selv bestemmer, hvilken krydderurt der skal tilsættes.

## Aktivitet med dialogoplæg og billeder

## Kopiark

Kopiark:

[Torsk i pose \(layoutet nyt\).pdf](#)

# Torsk i pose

## Introduktion:

Opskrift på smagfulde torskeposer, hvor man selv bestemmer, hvilken krydderurt der skal tilsættes.

## Ingredienser til gruppe på 4 pers.:

125 g faste champignon  
125 g torsk  
175 g jordskok, pastinak og gulerod  
1 fed hvidløg  
1 spsk. olivenolie  
75 g mascarpone  
salt og peber  
Chili efter smag  
Vælg en krydderurt til at putte i poserne. Skyl og hak ca. 1-2 spsk.

Vegetar: Brug f.eks. linser i stedet for torsk

## Fremgangsmåde:

1. Rens champignon, vask og skræl jordskok, pastinak og gulerod og skær i mundrette stykker.
2. Skær torskekødet i små tern, og krydr med salt.
3. Pres hvidløg.
4. Bland alle ingredienser, også krydderurten, og smag til med salt og peber.
5. Fordel blandingen på bagepapirerne, saml kanterne, og kram dem sammen til små pakker, bind en snor om pakkerne.
6. Sæt pakkerne på en bageplade, og bag dem i 12-14 min. ved 200°C.