

# Höstkänsla med min fiskgryta

**Till min Fisk gryta idag hade jag:**

400 gram fiskfilé torsk i bitar  
1 fänkål med borttagen "mitten stock" och skuren i tärningar  
1 purjolök i skivor  
1 broccoli delad i buketter  
2 morötter skivad i grova slantar  
1 förpackning krossade tomater  
1-2 tsk curry  
1 l vatten  
1 tsk buljong ekologisk  
rapsolja  
salt och nymalen svartpeppar

Fräs morötter, fänkål och purjolök i rapsolja och curry. Tillsätt, buljong, tomater och vatten. Låt koka försiktigt i ca 30 minuter. Skär fisken i bitar och lägg i grytan den sista 5 minuterna tillsammans med md broccolibuketterna. Smaka av med salt och peppar. Servera med ett gott bröd. Idag valde jag Bäcke Knäcke och lite aioli.

