

Ofnbakaður fiskur með karrýostasósu

12-13 kg fiskflök (velt upp úr heilhveiti)

Sósan:

1 dl olía

400 gr laukur

3 dósir sveppasmurostur eða annar smurostur (dósin er 250 gr)

1 ½ kg gulrætur

15 g karrý

10 g season all

70 g fiskikraftur (eða kjúklingakraftur)

2 l léttmjólk

200 g hveiti

E.t.v. örl. salt

Stutt leiðbeining: Fiskflökunum velt upp úr heilhveiti og raðað í eldföst föt. Búin til sósa og sett yfir flökin. Bakað í ofn