

## Cytrynowo - maślany łosoś parowany w papilotach



### FUTKA



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
1 - 2

### SKŁADNIKI

<b>łosoś</b>	350 g
<b>pomidor</b>	1 szt.
<b>papryka czerwona</b>	1 szt.
<b>cytryna</b>	1 szt.
<b>natka pietruszki</b>	
<b>masło</b>	
<b>Pieprz czarny Prymat w młynku</b>	
<b>Zioła prowansalskie suszone Prymat</b>	
<b>Sól morska jodowana drobnoziarnista Prymat</b>	

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

#### Kroki postępowania

**KROK 1** Propozycja na delikatnego i soczystego łososia parowanego z warzywami, z wyraźną nutą maślano - cytrynową.

#### PRZYGOTOWANIE:

Z łososia usuwamy skórę, dzielimy go na dwie porcje i oprószamy z obu stron solą, świeżo zmielonym pieprzem oraz ziołami prowansalskimi.

**KROK 2** Cytrynę obieramy ze skórki i kroimy ją na plasterki. Pomidora również kroimy w plastry, a z czerwonej papryki usuwamy gniazdo nasienne, odkrawamy górną i dolną część, a tę środkową kroimy w cienkie paski w stylu orientalnym.

### KROK 3

Na kawałku folii aluminiowej kładziemy plastry masła, a na nich kawałek łososia.

Następnie na rybę układamy kolejną porcję masła, a na niej plastry pomidora, na przemian z cytryną. Na wierz układamy paski czerwonej papryki i dokładnie zawijamy całość w papilot.

\* Tak samo postępujemy z drugą porcją łososia.

Tak przygotowane papiloty układamy na sitku w garnku z gotującą się wodą lub specjalnie przeznaczonym do tego naczyniu i parujemy około 12 minut.

Po tym czasie otwieramy papiloty i wykładamy ryby na talerze, podając je ze świeżą natką pietruszki oraz ulubionymi dodatkami np. puree ziemniaczanym.

Życzę smacznego! :)