

Doradca Smaku IX: Łosoś marynowany z sałatką z melona, odc. 3



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

sos sojowy	1 łyżka
miód	2 łyżki
olej sezamowy	1 łyżka
sos rybny	2-3 łyżki
musztarda francuska	2 łyżeczki
filet z łososia	400 gramów
sezam	2 łyżki
melon	1/2 sztuka
papryka marynowana	1/4 sztuka
natka kolendry	20 gramów
imbir marynowany	15 gramów
kapary	5 gramów
kiełki	40 gramów
ogórek zielony	1 sztuka
cytryna	1/2 sztuki
oliwa	3 łyżki
sól morska - MŁYNEK Prymat	kilka szczypt
pieprz ognisty mielony	kilka szczypt

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Sos sojowy, miód, olej sezamowy, sos rybny wlewamy do miski, całość mieszamy, a następnie dodajemy musztardę francuską.

Łososia kroimy wzdłuż, odkrawamy końcówki, ścinamy ciemne elementy z boku. Łososia wkładamy do marynaty, odstawiamy na 15 minut.

Na rozgrzanej, suchej patelni prażymy sezam. Z połowy melona wydrążamy pestki, następnie wydrążamy kulki i przekładamy je do miski. Marynowaną paprykę przekrawamy w paski i dodajemy do miski. Kolendrę, imbir, kapary siekamy i dodajemy do miski. Dodajemy kiełki soi i słonecznika. Ogórek obieramy ze skóry, obieraczką skrobiemy do momentu pojawienia się pestek, wstążki z ogórka wkładamy do miski. Doprawiamy solą, dodajemy sok z cytryny i pieprz ognisty, mieszamy. Dodajemy oliwę, mieszamy. Rozgrzewamy patelnię i smażymy łososia z dwóch stron, łososia glazurujemy marynatą (około 3 łyżkami).

Sałatkę przekładamy do miski, na wierzch układamy kilka kulek melona i ogórek. Łososia wykładamy, kroimy w paski, odcinamy ogon. Trzy kawałki łososia wykładamy na talerz, obok nakładamy sałatkę. Łososia posypujemy prażonym sezamem.