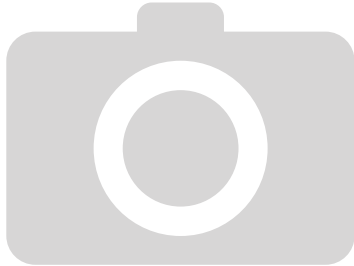


Filet z łososia norweskiego marynowany w salsie z mango i jalapeño podany z sałatką ze świeżych kiełków oraz aromatycznymi gruszkami i jabłkami

**ROBERT\_SOWA**



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

SKŁADNIKI

<b>salsa z mango i jalapeño</b>	10 ml
<b>filetowana gruszka</b>	200 g
<b>filetowane jabłko</b>	200 g
<b>masło</b>	2 łyżki
<b>miód</b>	2 łyżki
<b>czerwony pieprz</b>	1 łyżeczka
<b>sól</b>	1 szczypta
<b>cytryna</b>	1 szt
<b>mięta</b>	4 gałązki
<b>czerwony pomidor koktajlowy</b>	4 szt
<b>żółty pomidor koktajlowy</b>	4 szt
<b>filet z łososia</b>	4 szt
<b>Pieprz czarny mielony Prymat</b>	1 szczypta
<b>kiełki</b>	100 (mieszanka)

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Umyte i  
oczyszczone  
filety z  
łososia  
norweskiego  
pokroić na  
równe części  
i marynować  
w salsie z  
mango i  
jalapeño  
przez ok. 4-6  
godzin.  
Obrane i  
wyfiletowane  
jabłka i  
gruszki  
usmażyć na  
maśle, dodać  
miód,  
śliwownicę  
oraz  
czerwony  
pieprz i  
smażyć przez  
ok. 10 minut.  
Łososia piec  
15 minut w  
temperaturze  
200°C.  
Aromatyczne  
jabłka i  
gruszki  
ułożyć na  
talerzach, a  
następnie  
dodać łososia  
norweskiego.  
Całość  
udekorować  
świeżymi  
kiełkami,  
pomidorami  
koktajlowymi  
oraz cytryną  
i skropić  
sosem  
powstałym  
podczas  
duszenia  
owoców.