

Pieczony łosoś starofrancuski



MLEM



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

sosu sojowego	10 ml
musztardy starofrancuska	4 łyżki
miodu	2 łyżki
ząbki czosnku	2 szt.
OSTRA PAPRYCZKA	1/2 szt.
sok z jednej limonki	1 szt.
oliwy z oliwek	4 łyżki
pomidory	2 szt.
zielonych oliwek	10 szt.
zielona pietruszka	1 do dekoracji
sól	do smaku
sos winegret	30 ml
filet z łososia	2 szt.
kapary	8 szt.
mix sałat	150 (z rukolą w składzie)
Pieprz czarny mielony Prymat	do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Do naczynia przelewamy sos sojowy, dodajemy zmiądzony czosnek, miód, posiekanej ostrej papryczki, oliwę z oliwek, sok z limonki, 2 łyżki musztardy. Dokładnie mieszamy. Obtaczamy łososia z marynacie i odstawiamy na 15 min do lodówki.

Do mix sałatkowego dodajemy pomidory, oliwki, kapary i polewamy sosem winegreć.

Łososia wyciągamy z marynaty, przekładamy na blachę posmarowaną oliwą z oliwek. Do pozostałej marynaty dodajemy 2 łyżki musztardy, mieszamy i nakładamy na łososia. Tak przygotowanego łososia wkładamy do piekarnika na 180°C na ok. 5-10 min. Podajemy z sałatką i pieczywem. Smacznego.