

## Pieczony łosoś ze szpinakiem i suszonymi pomidorami



### DORADCA SMAKU



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

**Dla 4 osób**

<b>filety z lososia</b>	4 szersze
<b>szpinak świeży</b>	250 g
<b>biała cebula</b>	1
<b>ząbki czosnku</b>	2
<b>masło klarowane</b>	3 łyżki
<b>pomidory suszone Smak</b>	
<b>Sałatka z patisonów</b>	
<b>gałka muskatołowa Prymat mielona</b>	
<b>pieprz cytrynowy</b>	lub przyprawa do ryb

**Do smaku**

**pieprz biały Prymat**

**sól morska**

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

#### Kroki postępowania

**KROK 1** Filety z łososia umyć i osuszyć na papierowym ręczniku. Przygotować szpinak – na rozgrzanej patelni wrzucić posiekaną w kostkę cebulę, a następnie dodać przeciśnięty przez praskę czosnek.

- KROK 2 Dodać liście szpinaku i dusić, aż osiądą na patelni ok. 2-3 minuty. Następnie dodać do smaku sól, pieprz i gałkę muszkatołową i wymieszać. Na sam koniec dodać pokrojone w paski suszone pomidory, wymieszać i odstawić.
- KROK 3 Przygotować łososia – filety oprószyć pieprzem lub przyprawą i wstawić do nagrzanego do 190 stopni piekarnika.
- KROK 4 Po ok. 7 minutach, kiedy ryba nie będzie już całkowicie surowa, wyłożyć na każdą porcję masę szpinakową i zapiekać kolejne 7 minut. Podawać z Sałatką z patisonów  
Smak.