

Przepis dnia, odc. 35. Pstrąg z sosem z suszonych grzybów



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Lista składników

filet z pstrąga	8x80 g (bez skóry)
mąka pszenna	4 łyżki
krem chrzanowy Smak	
olej rzepakowy	(do smażenia)
Musztarda delikatesowa Prymat	1 łyżeczka
Marynata	
Przyprawa do ryb i owoców morza Prymat	3 łyżki
Musztarda delikatesowa Prymat	1 łyżka
sok z cytryny	2 łyżki
olej rzepakowy	4 łyżki
Sos z suszonych grzybów	
grzyby suszone	4 łyżki (ugotowane i posiekane)
wywar grzybowy	
śmietana kremówka	300 ml
cebula	1 szt. (pokrojona w kostkę)
kapary całe Smak	1 łyżeczka (posiekane)
wino białe wytrawne	100 ml
czosnek	2 ząbki (plastry)
koperek	1 pęczek

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Wszystkie składniki marynaty połączyć i natrzeć nią filety z pstrąga.
- KROK 2 Na rozgrzanym oleju podsmażyć cebulę, czosnek i ugotowane grzyby.
- KROK 3 Wlać białe wino i śmietanę, podgrzewać, cały czas mieszając, aż do odparowania wody.
- KROK 4 Do sosu dodać kapary i koperek, doprawić do smaku solą ziołową, czarnym pieprzem i wywarem z gotowanych suszonych grzybów.
- KROK 5 Pstrąga oprószyć mąką, usmażyć obu stron na złoty kolor i osączyć z tłuszczu na papierowym ręczniku.
- KROK 6 Na filetach ułożyć krem chrzanowy. Tak przygotowanego pstrąga podawać z sosem z suszonych grzybów i kremem chrzanowym.