

Przepis Dnia V: Krem z kalafiora z łososiem, odc. 63



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

kalafior	1
seler	0,5
ziemniak	1
olej	
mleko	2 l
łosoś filet	1
pieprz cytrynowy	
imbir mielony	
kurkuma mielona	
chili pieprz cayenne	
sól morska	
Pieprz kolorowy- MŁYNEK	
masło 250 g	2 kostki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Oczyszczamy kalafiora i kroimy na drobne kawałki. Seler również kroimy na drobne kawałki.
- KROK 2 Wkładamy do garnka, zalewamy mlekiem, wstawiamy na ogień. Obieramy i kroimy ziemniaka i dorzucamy do zupy. Całość gotujemy około 30-40 minut (do miękkości warzyw).
- KROK 3 Oczyszczamy filet z łososia. Kroimy filet wzdłuż na pół, a następnie w 2 cm kawałki.

- KROK 4 Posypujemy kawałki ryby pieprzem cytrynowym, chili pieprzem cayenne, polewamy odrobiną oleju, solimy do smaku, całość mieszamy. Odstawiamy do zamarynowania.
- KROK 5 Zupę na ogniu przyprawiamy imbirem, solą i pieprzem kolorowym do smaku.
- KROK 6 Na rozgrzaną patelnię wlewamy odrobinę oleju, wkładamy łososia, smażymy kawałki ryby około 3-4 minuty z każdej strony.
- KROK 7 Po ugotowaniu warzyw miksujemy zupę na ogniu. Dodajemy kurkumę oraz sól i pieprz do smaku. Możemy dodać trochę masła do smaku.
- KROK 8 Nakładamy kawałki ryby na talerz i polewamy je zupą. Ozdabiamy świeżym koperkiem.