

Filet z łososia norweskiego cajun podany z grillowanymi jarzynami i salsą pomidorową



ROBERT_SOWA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

limonki	1 sztuka
kolorowe papryki (czerwona, zielona i żółta)	3 sztuki
pokrojonej w ukośne plastry cukinii	1 sztuka
oliwy z oliwek	100 ml
białego wina	100 ml
pomidorów bez skóry	250 g
kolendry	1 mały pęczek
czosnku	2 ząbki
Sól czosnkowa jodowana Prymat	1 sztuka
Grill przyprawa ziołowa Prymat	1 sztuka
Pieprz czarny mielony Prymat	1 sztuka
mieszanka przypraw	--
Chili pieprz cayenne mielone Prymat	1 sztuka
łosoś filet	4 x 160 g

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mieszanka przypraw:
Pieprz biały mielony Prymat
Pieprz czarny mielony Prymat
Tymianek Prymat
Oregano Prymat
Chili pieprz Cayenne Prymat
Sól czosnkowa Prymat
Papryka słodka Prymat

Pomidory udusić z dodatkiem białego wina, doprawić do smaku posiekanym czosnkiem, cukrem, solą i pieprzem. Całość zmiksować, zagotować, ostudzić i doprawić chili oraz świeżo siekaną kolendrą.

Wszystkie przyprawy Prymat dokładnie zmiksować. Oczyszczone i osuszone filety z łososia obtoczyć z każdej strony powstałą mieszanką przypraw, strzepując ich nadmiar. Tak przygotowaną rybę skropić oliwą z oliwek i upiec na grillu.

Jarzyny zamarynować w oliwie z oliwek z dodatkiem soli czosnkowej i przyprawy grill ziołowy Prymat. Papryki upiec na grillu, a następnie zawinąć w folię i odstawić na 20 minut. Po odwinięciu z folii papryki obrać ze skóry i podzielić na cztery części. Następnie zgrilować plastry cukinii, a pod koniec pieczenia ponownie ułożyć na grillu papryki i pozostawić je na ok. 4 minuty. Podczas grillowania skrapiać warzywa pozostałą marynatą.

Tak przygotowanego łososia norweskiego cajun podawać z aromatycznymi jarzynami i salsą pomidorową. Przed podaniem danie udekorować ćwiartkami limonki.