

Grillowany łosoś z salsą paprykową



CUKIERECZEK13



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

marynata

oliwa 1 łyżeczka

miód 1 łyżeczka

sok z cytryny 1 łyżka

sól

pieprz

Papryka ostra mielona Prymat

salsa

pomidory 2

czosnek 1 ząbek

Papryka słodka mielona Prymat 1 łyżeczka

tymianek 1 łyżeczka

sól

pieprz

łosoś filet 500 g

papryka 3

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Papryki myjemy, usuwamy gniazda nasienne i kroimy w drobną kostkę. Pomidory sparzamy, obieramy ze skóry i kroimy w kostkę, Czosnek obieramy i kroimy w drobną kostkę.
- KROK 2 Składniki marynaty łączymy ze sobą. Przygotowaną marynatą nacieramy filety łososia i odstawiamy na kwadrans.
- KROK 3 Na patelni rozgrzewamy 1-2 łyżki oliwy, dodajemy pomidory, chwilę podsmażamy o dodajemy paprykę oraz czosnek. Dusimy około 15 minut pod przykryciem aż do miękkości papryki. Doprawiamy solą, pieprzem, słodką papryką i tymiankiem.
- KROK 4 Następnie grillujemy je na dobrze rozgrzanej patelni grillowej. Należy uważać, żeby nie spalić filetów.
- KROK 5 Na talerz wykładamy porcję salsy, a na nią układamy łososia i podajemy.
- KROK 6 Smacznego ;)