

## Łosoś norweski na parze z sałatką



### 2MILUTKA



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
1 - 2

## SKŁADNIKI

### Lista składników

|                                               |            |
|-----------------------------------------------|------------|
| <b>łosoś filet</b>                            | 2 sztuki   |
| <b>sok z cytryny</b>                          | 2 łyżki    |
| <b>Pieprz cytrynowy mielony Prymat</b>        | do smaku   |
| <b>Przyprawa do ryb i owoców morza Prymat</b> | do smaku   |
| <b>masło</b>                                  | 2 łyżeczki |
| <b>Majeranek suszony Prymat</b>               |            |

### Sałatka

|                                                   |              |
|---------------------------------------------------|--------------|
| <b>mieszanka świeżych sałat</b>                   | 1 opakowanie |
| <b>pomidor</b>                                    | 1 sztuka     |
| <b>ogórek zielony</b>                             | 1 sztuka     |
| <b>papryka czerwona</b>                           | 1/2 sztuki   |
| <b>grostek konserwowy</b>                         | 1/2 puszki   |
| <b>oliwa</b>                                      | 3 łyżki      |
| <b>ocet ryżowy</b>                                | 1 łyżeczka   |
| <b>Musztarda delikatesowa Prymat</b>              | 1 łyżeczka   |
| <b>miód płynny</b>                                | 1 łyżeczka   |
| <b>ziarna sezamu</b>                              | 1 łyżeczka   |
| <b>Sól morską jodowaną drobnoziarnistą Prymat</b> | do smaku     |
| <b>Pieprz kolorowy Prymat w młynku</b>            | do smaku     |

# SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

## Kroki postępowania

- KROK 1 Dzwonka świeżego łososa opłukać pod bieżącą wodą osuszyć ręcznikiem papierowym, oprószyć z każdej strony pieprzem cytrynowym, oraz przyprawą do ryby skropić równomiernie sokiem z cytryny, odstawić na 15 minut
- KROK 2 Po tym czasie dzwonka ułożyć w parowarze lub nakładce do garnka przeznaczonego do gotowania na parze, na każdym dzwonku ułożyć równomiernie paski schłodzonego masła, oraz listki świeżego majeranku. Przykryć naczynie i gotować na parze 20 minut.
- KROK 3 Sałatka: Mieszaną sałatę przełożyć do miski, dodać pokrojonego na kawałki pomidora oraz ogórka dodać pokrojoną na małe paseczki paprykę oraz osączony z zalewy groszek wymieszać. Sałatkę posypać sezamem.
- KROK 4 Oliwę połączyć z octem musztardą oraz miodem dodać sól do smaku i pieprz kolorowy, dokładnie utrzeć sos. Połączyć sałatkę i wymieszać. Łososa ułożyć delikatnie na talerzu. Podawać z sałatką. Smacznego!