

Grillowany łosoś w miodowo- musztardowej marynacie



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

Składniki:

łosoś filet	6 sztuk
musztarda sarepska	3 łyżki
musztarda francuska	2 łyżki
miód	80 gramów
pomarańcza	sok z 1/2
czosnek	4 ząbki
sos sojowy	2 łyżki
tymianek	1 łyżeczka
olej rzepakowy	

Do smaku:

Sól morską jodowaną gruboziarnista	do smaku
pieprz czarny mielony	do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Filety z łososia wyplukać, oczyścić oraz przyprawić pieprzem i odrobiną soli. W misce połączyć miód, sos sojowy, olej, musztardę sarepską i francuską oraz sok z połowy pomarańczy. Dodać przeciśnięty przez praskę czosnek i tymianek oraz dokładnie wymieszać marynatę. Tak przygotowaną marynatą zalać łososia i wstawić do lodówki na ok. 1-2 godziny. Po tym czasie grillować łososia skórą do góry po ok. 4 minuty z każdej strony. Podawać z grillowanymi warzywami i świeżymi ziołami.

