

Grillowany halibut z dynią piżmową, sosem z groszku i jadalnymi kwiatami



BERTPVD



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

halibut

halibut	500 g
masło do smażenia	50 g
sok z limonki	1/2 szt
sól do smaku	1 szczypta
Pieprz czarny mielony Prymat	1 szczypta

Dynia

dynia	1 szt
tymianek	1/2 pęczka
sól do smaku	1 szczypta
Pieprz czarny mielony Prymat	1 szczypta
oliwa	50 ml

Groszek

groszek zielony	100 g
mleko kokosowe	50 ml
miód płynny	20 g
sok z limonki	1 szt
skórka z limonki	1 szt
młody jęczmień sproszkowany	2 g

sól i pieprz

1 szczypta

Dekoracja

liście nasturcji

10 szt

kwiaty nasturcji

10 szt

kwiaty jadalne

bratki 5 szt

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Halibut

Pozbawione skóry i wycięte filety z ryby doprawiam solą, pieprzem i sokiem z limonki z obu stron. Odstawiam w chłodne miejsce na parę godzin. Wyciągam rybę 10 minut przed grillowaniem i owijam w folię aluminiową. Wrzucam na rozgrzanego grilla na 5 minut.

Dynia

Dynię kroję na mniejsze kawałki, obtaczam z obu stron oliwą z oliwek, świeżym tymiankiem i grilluję przez 15 minut.

Groszek

Ugotowany groszek przekładam do rondla, dodaję miód, sok wraz ze skórką z limonki, mleko kokosowe oraz jęczmień i redukuję do konsystencji bardzo gęstego sosu. Na koniec oprawiam solą i pieprzem.

Wykończenie dania

Dynię kroję na małą kosteczkę i doprawiam solą i pieprzem. Wykładam do pierścienia cukierniczego i dociskam. Gotową rybę wykańczam chwilę smażąc na maśle przez 20 sekund na stronę aczkolwiek ten etap można pominąć. Rybę wykładam na dynię i kładę na nią odrobinę soli w płatkach. Groszek przekładam do rękawa cukierniczego i robię małe kropki. Dekoruję jadalnymi kwiatami oraz liśćmi nasturcji.