

Mistrz smaku poleca: Tagliatelle z łososiem i warzywami, odc. 6



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Składniki

makaron tagliatelle	600 g
filet z łososa	400 g
cebula	1 sztuka
ząbki czosnku	2 sztuki
cukinia	1/2 sztuki
papryka czerwona	1 sztuka
marchewka	1 sztuka
różyczki brokuła	8 sztuk
kapary	kilka łyżek
wino białe wytrawne	100 ml
śmietana 30%	1/2 l
masło	2 łyżki
oliwa	4 łyżki
bazylia świeża	kilka listków

Do smaku

Sól morską jodowaną drobnoziarnistą Prymat	szczypta
Pieprz czarny mielony Prymat	szczypta
Kurkuma mielona Prymat	szczypta
Gałka muskatołowa mielona Prymat	szczypta

Marynata

oliwa	3 łyżki
Musztarda miodowa Prymat	2 łyżki
Pieprz cytrynowy mielony Prymat	2 łyżeczki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Do miski wlewamy oliwę, dodajemy pieprz cytrynowy, dwie łyżki musztardy miodowej i dokładnie mieszamy.

Łososia kroimy na 3 kawałki i zalewamy marynatą. Przekładamy do naczynia żaroodpornego i pieczemy przez 20 min. w piekarniku rozgrzanym do 180°C.

Cebulę kroimy w kostkę, czosnek w plasterki. Paprykę i cukinię kroimy na mniejsze kawałki.

Marchewkę kroimy w cienkie plastry. Na patelni rozgrzewamy oliwę z masłem. Na tłuszczu podsmażamy cebulę, czosnek, paprykę, cukinię, marchew i różyczki brokuł. Doprawiamy do smaku solą i pieprzem. Wlewamy wino, dodajemy łyżeczkę kurkumy i wlewamy śmietanę. Całość gotujemy około 10 minut. Mieszamy i doprawiamy do smaku gałką muszkatołową.

Makaron gotujemy al dente w osolonej wodzie. Odcedzamy i przekładamy do gotującego się sosu. Dodajemy kapary.

Makaron z sosem układamy na talerz. Na wierzchu układamy łososia podzielonego na mniejsze kawałki. Dekorujemy bazylią.