

Doradca Smaku VIII: Ceviche z okonia z melonem, odc. 27



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Lista składników

okoń	1 szt.
melon żółty	1/4 szt.
sok z limonki	1 szt.
limonka	2 plasterki
Papryka ostra mielona Prymat	1 szt.
kiełki fasoli mung	50 g
szalotka	2 szt.
oliwa	2-3 łyżek
mix sałat	
szczypiorek	
kapary całe Smak	20 g

Do smaku

Imbir mielony Prymat

Sól morską jodowaną drobnoziarnistą Prymat

Pieprz biały mielony Prymat

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Okonia filetujemy, następnie przykrywamy filety folią spożywczą i wkładamy do lodówki. W tym czasie przygotowujemy pozostałe składniki.
- KROK 2 Ości z okonia przekładamy do miski, dodajemy do nich pokrojone w drobną kostkę szalotki, następnie wlewamy wyciśnięty sok z limonki i oliwę. Doprawiamy imbirem, posiekaną ostrą papryczką i białym pieprzem. Dodajemy pokrojony w drobną kostkę melon. Odstawiamy na chwilę, żeby aromaty się połączyły. Wyjmujemy ości.
- KROK 3 Okonia wyjmujemy z lodówki. Zdejmujemy skórę, kroimy w kostkę i dodajemy do wcześniej przygotowanych składników na ceviche. Całość doprawiamy solą i posiekanym szczypiorkiem.
Na talerzu układamy mieszankę sałat i kiełki fasoli mung. Następnie układamy ceviche i kapary. Ozdabiamy plasterkami limonki.
- KROK 4 Ceviche ozdabiamy plasterkami limonki.