

## www.SztukaKulinarna.pl

### Łosoś na parze przygotowywany

ilość porcji **4** czas **30 minut** trudność **łatwe** koszt **średni**

#### Potrzebujemy

ilość	jm	produkt	komentarz
50	dkg	łosoś	
2	szklanka	bulionu warzywnego	
2	łyżki	soku z cytryny	
1	łyżki	gorzkiej czekolady	
1	łyżki	przyprawy do ryb	
		pieprz	

Przepis Rybę podziel na cztery równe kawałki i starannie usuń ości (najlepiej pęsetą). Skrop sokiem z cytryny, oprósz przyprawą do ryb i pieprzem. W garnku do gotowania na parze zagotuj wywar. Na natłuszczoną perforowaną wkładkę ułóż kawałki łososia i przykryj je natłuszczoną folią aluminiową. Umieść wkładkę w garnku i przykryj pokrywką. Gotuj 3 - 4 min., po czym odwróć rybę i gotuj jeszcze 5 min. Podawaj z sosem czosnkowym, ziemniakami pieczonymi lub z wody i surówką z jabłka i pora.

Składniki

50 dag fileta z łososia, 2 szklanki bulionu warzywnego, 2 łyżki soku z cytryny, łyżka oleju, łyżka przyprawy do ryb, pieprz.