

www.SztukaKulinarna.pl

Łosoś w szynce prowansalskiej

ilość porcji **8** czas trudność **trudne** koszt **średni**

Potrzebujemy

ilość	jm	produkt	komentarz
0.5	kg	łosoś	
2	łyżki	masła	
1	szt	cebula	
100	gram	ryżu	1 torebka ryżu
0.5	łyżeczki	kurkumy	
1	łyżki	natka pietruszki	
1	łyżki	szczypiorek	
0.25	szt	cytryna	
100	gram	Prosciutto di Farma (szynki parmeńskiej)	
3	szt	listki laurowe	
3	łyżki	oliwa z oliwek	
1		sól	
1		pieprz	
200	ml	bulionu	

Przepis Wyciąć nożem skórę z łososia, wyjąć ości (np. pesetą). Filety umyć, osuszyć i przekroić poziomo na 2 cieńsze płyty (nie za grube aby dało się zwinąć), posypać solą i świeżo zmielonym czarnym pieprzem.

Na patelni zeszklić cebulę (na maśle), dodać surowy ryż i smażyć przez minutę mieszając, aż ryż pokryje się masłem. Wlać gorący bulion, wymieszać i dusić pod przykryciem na małym ogniu przez 15 minut.

Dodać kurkumę, natkę pietruszki, szczypiorek, sok i skórkę z cytryny, doprawić solą oraz świeżo zmielonym czarnym pieprzem, wymieszać.

Na desce rozłożyć szynkę parmeńską tak aby plasterki nachodziły na siebie, na środek położyć jeden kawałek łososia, na wierzch ułożyć ciasno ryż, przykryć drugim filetem. Zawinąć końce filetów pod siebie, związując łososia w roladę. Zawinąć szynkę wokół rolady i związać kawałkami sznurka. Pod sznurek powcisnąć listki laurowe. Za pomocą pędzelka posmarować roladę 3 łyżkami oliwy z oliwek.

Roladę ułożyć na blaszce do pieczenia i wstawić do nagrzanego do 195 stopni piekarnika. Piec przez 40 minut. Chwilę odczekać, posmarować pozostałą 1 łyżką oliwy z oliwek i pokroić w plastry. Podawać z dodatkową oliwą z oliwek do smaku, sałatą z miodowym sosem winegret lub warzywami z wody.

Bardzo dobre :) Składniki

0.5 kg filetu z łososia 2 łyżki masła 1 mała cebula, pokrojona w kosteczkę 1 woreczek białego ryżu 200 ml wrzącego bulionu jarzynowego 1/2 łyżeczki przyprawy kurkumy 1 łyżki posiekanej natki pietruszki 1 łyżki posiekanego szczypiorku sok i starta skórka z 1/4 cytryny ok 100 g cienko pokrojonej szynki parmeńskiej (opakowania są najczęściej po 70 g, wystarczy jedno) 3 listków laurowych 3 łyżki oliwy z oliwek extra virgin + dodatkowo do serwowania sól morską i świeżo zmielony czarny pieprz oraz: sznurek wędliniarski (ewentualnie gruba nić, można zwinąć w kilka), 6 kawałków po około 30 cm każdy Dodatki: sałata z miodowym sosem winegret lub warzywa z wody