SMAŻONY ŁOSOŚ
Z SOSEM VIERGE

czas przygotowania	liczba porcji	poziom trudności
20 MIN.	**5**	**ŁATWY**

SKŁADNIKI:

MOWI PURE Świeża porcja 2 szt. – 2 opakowania
pomidory – 2 sztuki
bazylia – 1 pęczek
natka pietruszki – 1 pęczek
nasiona kolendry – ok. 10 sztuk
czosnek – 1 ząbek
oliwa – 200 ml
cytryna
sól, pieprz

To wręcz koncertowa przystawka do dań głównych, choć nie da się ukryć że może również występować solo. Przystawka z łososia MOWI z sosem vierge od lat jest jednym z ulubionych przepisów domowych szefów kuchni – prosta w przyrządzeniu, smaczna w jedzeniu. Ten przepis na smażonego łososia ma szansę pojawiać się na Waszych talerzach często – wystarczy raz przygotować go dobrze i chce się do niego wracać. Bo naprawdę jest do czego...

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Ryba w pomidorach czyli nasza przystawka z łososia, zdecydowanie potrzebuje pomidorów – dlatego parzymy je wrzątkiem i obieramy ze skóry (warto zadbać o ten element przygotowywania naszego smażonego łososia).
2. Kroimy pomidora, pozbywamy się pestek ze środka, a to co zostaje kroimy w kostkę. Sycimy wzrok pięknym, czerwonym kolorem (a może skubniemy nawet kosteczkę) i przechodzimy do dalszej części przepisu.
3. Pora posiekać zieleninę – na pierwszy rzut idzie bazylia, za nią natka pietruszki, a do nich dorzucamy rozgnieciony czosnek (w ten sposób szybciej uwolni smak i aromaty) oraz nasiona kolendry.
4. Do przygotowanego zestawu dodajemy oliwę, a całość doprawiamy do smaku wybranymi przyprawami, wśród których na pewno nie może zabraknąć soli i pieprzu. Na sam koniec dodajemy sok z cytryny i... sos vierge jest gotowy, a przystawka z łososia jest... prawie gotowa.
5. W naszych przygotowaniach pora na najtrudniejszy moment....
6. Smażymy łososia kilka mnut z każdej strony. Kiedy już mięso ryby nabierze odpowiedniej temperatury – a co za tym idzie konsystencji i smaku, ściągamy patelnię z palnika.
7. Przygotowany sos wylewamy na talerz, na nim układamy efekt naszego smażenia. Przystawka z łososia jest gotowa do spożycia!

KAŻDY KUCHARZ SMAŻY O TAKIEJ POTRAWIE!