



ŁOSOŚ PIECZONY W TRZECH MARYNATACH

czas przygotowania
20 MIN.

liczba porcji
2

poziom trudności
ŚREDNI

SKŁADNIKI:

MOWI PURE Świeża porcja
– 2 sztuki (pokrojony, 1 opak.)

Marynata 1

sok z buraków – ½ kubka
koperek – 2 łyżki (posiekany)
sól, pieprz – do smaku

Marynata 2

pasta miso – 1 łyżka
syrop klonowy – 4 łyżki
sól, pieprz

Marynata 3

miód – 3 łyżki
pistacje – 2 łyżki (posiekane)
melisa – 1 łyżka (posiekana)
Pozostałe składniki
masło – 4 łyżki
koperek – 1 łyżka (posiekany)
chleb pszenny – kilka kromek
śliwki suszone lub wędzone
– kilka sztuk
orzechy włoskie – kilka sztuk
żurawina suszona – kilka sztuk



SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Łososia kroimy na małe kawałki. Takie na jeden kęs – określmy to precyzyjnie by niepotrzebnie nie rozbudzać wyobraźni na ok. 2×2 cm.
2. Składniki trzech marynat mieszamy, pamiętając, że mają nam wyjść 3 marynaty, nie jedna ze wszystkich składników. Czyli robimy 3 marynaty oddzielnie, w 3 różnych miskach.
3. Do każdej marynaty wkładamy takie same ilości kawałków łososia i marynujemy, najlepiej w lodówce, od 1 do 12 godzin. Zależy czy chcemy go zjeść od razu, na przykład na kolację, czy umiemy odwlekać przyjemność i poczekamy cierpliwie całą noc do śniadania... Przypominamy, że cechą każdego łososia MOWI są bardzo wyraziste przekładki tłuszczowe (to te białe paseczki), dzięki którym MOWI doskonale przyjmuje smak i aromat każdej marynaty. Łosoś pieczony w marynatach – to jego powołanie!
4. Jeśli marynowaliśmy łososia 12 godzin, nie omieszkamy wspomnieć o tym rodzinie czy znajomym, ile czasu poświęciliśmy na gotowanie, by ich ugościć. Jeśli marynowaliśmy godzinę – powiedzmy, że było to 12.
5. Następnie smarujemy naczynie żaroodporne olejem i pieczemy łososia w nagrzanym wcześniej do 180°C piekarniku przez 8 do 10 minut. Łosoś pieczony w marynatach jest już prawie gotowy!
6. Przy okazji w tym samym piekarniku możemy też lekko podpiec kromki chleba – warto jednak wyjąć je trochę wcześniej, po jakichś 4-5 minutach. Jeżeli ktoś pamięta jednak grzanki, które robiła mu mama na patelni – nic nie stoi na przeszkodzie, by łosoś był w piekarniku, a chleb podsmażany na patelni.
7. Masło lekko ogrzewamy, a następnie mieszamy z posiekany wcześniej koperkiem. Przyda się i do łososia i do ciepłego chleba.
8. Kawałki upieczonego łososia serwujemy posypując go pokrojonymi suszonymi owocami i podając z pieczonym chlebem, posmarowanym pysznym, koperkowym masłem.
9. Pozostałym koperkiem posypujemy łososia – dla lepszego smaku i wyglądu. Smacznego!



PRZEPIS Z TAK
DOBREGO ŁOSOSIA
MOŻE SIĘ TYLKO
I WYŁĄCZNIE UDAĆ.