



PIECZONY ŁOSOŚ NA CYTRYNOWYM RISOTTO

czas przygotowania
40 MIN.

liczba porcji
2

poziom trudności
ŚREDNI

SKŁADNIKI:

MOWI Filet świeży 300 g
szalotka – 3 sztuki
koper włoski – 1 sztuka
oliwa z oliwek – 4 łyżki
ryż arborio – 150 g
białe wino – 100 ml
bulion drobiowy – 500 ml
cytryna – 1 sztuka
masło – 50 g
parmezan – 50 g
świeża bazylia – kilka gałązek



Wiecie już, że pieczony łosoś to dokładnie to, na co macie dziś ochotę, ale ciągle zastanawiacie się jak go upiec? Świetnie się składa, bo mamy dla Was szybki i prosty przepis na łososia z piekarnika podanego z cytrynowym risotto! To lekkie i zdrowe danie idealne na obiad dla dwojga, trojga, czworga... To po prostu idealne danie z łososia.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Najpierw przygotowujemy bazę do cytrynowego risotto. Obieramy szalotki i drobno je siekamy. Włoski koper kroimy na małe kawałki. Rozgrzewamy na dużej patelni mieszankę oliwy i około 30 gramów masła i podsmażamy szalotkę i koper.
2. Dodajemy na patelnię ryż arborio i chwilę mieszamy. Wlewamy sok wyciśnięty z połówki cytryny i pozwalamy mu się wygotować, ciągle mieszając.
3. Kiedy ryż będzie już prawie suchy zaczynamy dodawać małe ilości bulionu i wina nie zapominając o ciągłym mieszaniu – dzięki temu ryż będzie stopniowo wchłaniał płyny. Po około 20 minutach systematycznego dodawania wina i bulionu i ciągłego mieszania risotto powinno być gotowe. A jeżeli cały bulion i wino zniknęły, to możecie mieć pewność, że właśnie tak jest.
4. Risotto powinno być kremowe i delikatne, chcemy tego wszyscy. Dlatego dodajcie teraz do niego resztę soku i miąższ z cytryny, a także pozostałe masło i parmezan. Doprawcie solą i pieprzem do smaku.
5. Piekarnik rozgrzewamy do 180°C. Naczynie żaroodpornie skrapiamy odrobiną oliwy z oliwek i przekładamy do niego polędwicę z łososia. Pieczemy przez około 12-15 minut, dłużej niema sensu. Łosoś w piekarniku oznacza, że jesteśmy już na finiszu i mamy teraz ostatnią szansę żeby się zastanowić na czym go podamy. Zapraszamy zatem na szybki przegląd Waszej porcelany!
6. Talerze wybrane, łosoś upieczony, a risotto już dawno gotowe. Pewnie domyślacie się, że to już koniec gotowania i początek wspaniałej uczy. Serwujcie MOWI na cytrynowym risotto z łódeczką cytryny i świeżą bazylią i cieszcie się tym smakiem.



CZY WIECIE, DLACZEGO
NORWEGIA TO
NAJSZCZĘŚLIWSZY KRAJ
NA ZIEMI? TEN PRZEPIS
WAM NA TO ODPOWIE.