



przepisy.pl

Łosoś pod pierzynką z kaszy gryczanej z musem z bakłażana



 60 minut  2 osoby  Średnie

Składniki:

- dzwonko łososia - 2 sztuki
- bakłażan - 1 sztuka
- papryka kolorowa żółta, zielona, czerwona - 4 sztuki
- cytryna - 1 sztuka
- natka do dekoracji - 1 sztuka
- kasza gryczana z warzywami - 200 gramów
- kperk pęczek - 1 sztuka
- sól - 2 szczypty
- pieprz - 2 szczypty
- Sos sałatkowy koperkowo-ziółowy Knorr** - 1 opakowanie
- Bulion cielęcy Knorr** - 1 opakowanie

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

Sposób przygotowania:

1. Dzwonko łososia umyć osuszyć ręcznikiem papierowym skropić sokiem z cytryny posypać solą i pieprzem. Pozostawić w lodówce na dwie godziny.
2. Umyć bakłażana przekroić na pół posypać solą. Po około pół godziny zebrać sos z bakłażana ręcznikiem papierowym. Posypać tymiankiem i czosnkiem. Grillować około 20-30 minut.
3. Wlać do garnka 300 ml wody włożyć torebkę z kaszą i warzywami dodać pół kostki rosółowej, drobiowej. Gotować 15 minut następnie pozostawić w ciepłym miejscu.
4. Na dzwonko łososia położyć cytrynę i koperek. Całość położyć na papierze do pieczenia zawinąć i związać. Położyć na sitku garnka na parę. Parować około 10 minut.
5. Paprykę pokroić i grillować na patelni grillowej.
6. Do wysokiego naczynia włożyć grillowanego bakłażana, paprykę grillowaną, natkę pietruszki wlać kilka łyżek oliwy z oliwek, wody, sok z cytryny, doprawić do smaku solą, pieprzem. Miksować do uzyskania jednolitej masy.
7. Na talerzu ułożyć paprykę grillowaną, położyć na niej łososia i kaszę. Zapiec w piekarniku około 10 minut. Położyć mus z bakłażana. Posypać ziołami do sałatek i suszonymi pomidorami z czosnkiem i bazylią.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl