

Filet z łososia w sosie szpinakowym



Autor: **irma**

Przepisów: **220** Ocena: **7385**



3-4 os.



60 min



średnie



przystępne



Składniki:

- 500g fileta z łososia bez skóry
- sól, pieprz, cynamon, sos sojowy, 1 łyżka soku z cytryny
- oliwa z oliwek
- na sos - 1/2 paczki mrożonego szpinaku, 2 ząbki czosnku,
- 1 łyżeczka soku z cytryny, sól, pieprz do smaku
- 3/4 szkl. śmietany 24%

Sposób przygotowania:

- 1 Umyte filety osuszyć ręcznikiem papierowym, posypać solą, pieprzem i cynamonem, polać sokiem z cytryny, trzema łyżeczkami sosu sojowego i pokropić oliwą. Odstawić na 30 minut.



- 2 Łyżkę masła rozpuścić w rondlu, wrzucić szpinak, gotować na wolnym ogniu. Czosnek przecisnąć przez prasę, dodać do szpinaku, wlać sok z cytryny, doprawić solą i pieprzem. Chwilę pogotować. Kiedy szpinak osiągnie pożądany smak zaprawić go śmietaną.



- 3 Patelnię grillową rozgrzać, położyć filety i obsmażyć na rumiano z dwóch stron.



- 4 Gotowego fileta z łososia polać sosem szpinakowym i podać z ulubionymi dodatkami. Całe danie posypać posiekanym koperkiem. SMACZNEGO!



Twoje notatki do przepisu: