



Somon cu sos de unt si lămâie pe legume prăjite la cuptor cu capere

⌚ 60—70 Min. ♡ ♡ ♡

Pregătire

Ingrediente 4 Porții

♦ = Kotányi Produkte

4 buc	Somon file 180g
1 buc	Morcovi
1 buc	Nap, galben
2 buc	Cartofi, fierți
1 buc	Ardei gras, roșu
2 buc	Ceapă, roșie
2 linguri	Boabe de capere
3 linguri	Ulei de măsline
1 lingură	♦ Rozmarin tocat
1 vârf	♦ Sare de mare iodată

Pentru sosul de unt:

125 g	Unt, la temperatura camerei
2 lingurițe	Suc de lămâie
1 lingură	♦ Mărar tocat
1 linguriță	♦ Usturoi granulat
0.5 linguriță	♦ Chili Birdseye
1 vârf	♦ Sare de mare iodată

- 1 Curățați legumele și tăiați-le în fâșii (aprox. 5x5 mm). Se curăță cartofii și se taie în formă pai.
- 2 Amestecați legumele tocate într-o tavă de copt cu ulei și capere. Asezonați cu verdețuri Kotányi și sare după gust.
- 3 Se dau la cuptor la 170 °C timp de 30 de minute. Amestecați legumele de câteva ori între ele.
- 4 Asezonați fileul de somon cu sare și prăjiți scurt într-o tigaie cu pielea în jos.
- 5 Puneți peștele peste legume la cuptor si coaceți încă 10 minute.
- 6 Într-un castron, se bate untul încălzit cu un tel sau într-un robot de bucătărie. Adăugați verdețurile și condimentele Kotányi, precum și sucul de lămâie și continuați să bateți. La final, asezonați cu sare de mare Kotányi.
- 7 Chiar înainte de servire, puneți o lingură de sos de unt peste fileurile de pește sau peste legume.

