

LOSOS S KRÉMOVOU ČERNOU ČOČKOU



SUROVINY: nejlépe čerstvý losos, sůl, citronová šťáva, máslo a kapka oleje, čerstvé bylinky, černá čočka – Beluga, mrkev, řapíkatý celer, sůl, pepř, smetana.

POSTUP: nejprve si připravíme rybu, opláchneme ji, případně odstraníme kůži, pokud ji necháváme, odstraníme šupiny, omyjeme a osušíme. Příprava čočky – na másle osmahneme malé kostičky mrkve a po chvíli přidáme i kostičky řapíkatého celeru, zalijeme vývarem nebo vodou a přidáme propláchnutou černou čočku, osolíme, opepříme a vaříme asi 30 minut do změknutí, nakonec přidáme smetanu a již nevaříme. Smetanu přidáváme pro zjemnění a zároveň si tak připravíme jemnou omáčku, aby pokrm nebyl tak suchý. Na pánvi si rozehejeme máslo a přidáme kapku oleje, krátce osmahneme kousky lososa z obou stran, osolíme a dochutíme citronovou šťávou. Pokud jsme nechali kůži, nejprve opékáme z této strany. Můžeme servírovat, jídlo dozdobíme čerstvými bylinkami nebo nasekanými listy řapíkatého celeru.