SEBZELİ SOMON FİLETO

Su Ürünleri Tanıtım Grubu İZMİR
https://www.turkishseafood.org.tr

4 dilim temizlenmiş, derili somon fileto (650 gram)
120 gram kabak
100 gram havuç
100 gram kereviz
80 gram rezene
80 gram pırasa
80 gram arpacık soğanı
50 ml vişne sirkesi
Defne yaprağı
Kekik
Tozşeker
Sızma zeytinyağı
Tuz
Tane karabiber

Somon filetorı zeytinyağıyla yağladıktan sonra birkaç dal kekik ve bir tutam tuzla tatlandırıp tencereye aktarın. Tencerenin kapağını kapatıp orta ateşte 15 dakika pişirin. Sebzeleri (Kapağın yeşil kabuk kısmını kullanın.)jülyen doğrayıp kapakla kaserole aktarın.
1 çorba kaşığı öğütülmüş tane karabiber, 2 adet defneyaprağı, vişne sirkesi, 5 çorba kaşığı zeytinyağı, 200 ml su ve 1 çay kaşığı tozşekerle tatlandırın. Bir tutam tuz ilave edip kapaklı kaserolde, yüksek ateşte 10 dakika, daha sonra da orta ateşte pişirin. 10 dakika sonra tencereyi ocaktan alıp yaklaşık 1 saat dinlenmeye bırakın. (Böylece sebzeler ılıdıkça baharatların tadını alacaktır.) Ilık sebzeleri sıcak somon filetoyla hemen servis yapın.

© lezzetler.com tarif no:60961 • adı:Sebzeli Somon Fileto • gönderen:organic • indirme tarihi:03.05.2024 - 09:38