Bulgur s opečenými kousky marinovaného lososa

Recepty

Hlavní chody

Oslava

225 min

4



2.9

951

Budete potřebovat

Losos filet	600 g
Bulgur	500 g
Vývar zeleninový	0,5 l
Sůl	100 g
Cukr krystal	100 g
Pomeranč	1 ks

Celer řapíkatý	2 stonky
Petrželka listová	hrst

Příprava receptu

Sůl, cukr a pomeranč rozmixujeme. Touto směsí potřeme lososa a necháme marinovat asi
3 hodiny.
Pak jej důkladně opláchneme a nakrájíme na jednotlivé porce. Zprudka opečeme z jedné strany (asi do poloviny) a druhou stranu necháme neopečenou. Bulgur lehce opečeme na oleji a zalijeme zeleninovým vývarem. Necháme vařit. Na pánvi opečeme nakrájený řapíkatý celer a přidáme uvařený bulgur. Nakonec přidáme nasekanou petrželku.