



Bulgur s opečenými kousky marinovaného lososa

Recepty



Hlavní chody



Oslava



225 min



4



2.8

936



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.