

פילה סלמון ופירה כרובית

מרכיבים: (כמות למנה אחת)

15 גר' חמאה
50 גר' זרעי שומר טחונים
100 גר' סלמון
10 מ"ל שמן זית
20 גר' אגוזי מלך
30 מ"ל שמן אגוזי מלך
20 מ"ל חומץ בלסמי
קורט מלח
60 גר' כרובית
50 מ"ל חלב

שלבי ההכנה:

- יש לאדות את הכרובית בתכנית האידי בתנור, ב-100 מעלות למשך כ-25 דקות או עד שהיא רכה. בסיום יש לטחון אותה בבלנדר עם החלב וחלק מהחמאה (10 גר'). ניתן להוסיף מלח לפי הטעם.
- פזרו מעט מלח ושמן זית על פילה הסלמון. הכניסו את הדג לתנור והפעילו על תכנית אידי, ב-60 מעלות למשך כ-20 דקות.
- המיסו את שארית החמאה במחבת וטגנו את זרעי השומר בחום נמוך.
- בסיום פזרו את זרעי השומר על הצלחת ומעליהם הניחו את פילה הסלמון.
- חממו מעט במחבת את אגוזי המלך ושמן האגוזים. הוסיפו את החומץ הבלסמי וערבבו. שפכו את הרוטב מעל הדג. הוסיפו לצלחת את פירה הכרובית.

בתאבון!