

TROĆ W EMULSJI SZPINAKOWEJ Z ZIELONYM GROSZKIEM, NASTURCJĄ I CRÈMEM FRAICHE Z CZARNUSZKĄ JAKO SIDE MIX PARTY Z DRESSINGIEM Z BOTWINY

Sposób wykonania:
Nasiona czarnuszki spraż na patelni, przełóż do młynka na pieprz i odstaw do wykończenia dania. Zielony groszek zblanszuj w wodzie, dodaj listki mięty, dopraw do smaku i zmiksuj na gładkiej konsystencji gęste puree. Szpinak przełóż do miksera, dodaj oliwę z oliwek i dokładnie miksuj aż powstanie rzadki sos. Troć smaż na patelni od strony skóry, przełóż na papier i na ostatni moment wsadź do piekarnika do temp 160 st. C. Na talerzu połóż cream fraiche, posyp czarnuszką z młynka. Dodaj puree z groszku, usmażoną troć i polej talerz sosem szpinakowym. Całość udekoruj liśćmi nasturcji.

Dressing do mix Party:
Łodygi botwinki drobno posiekaj, liście pokrój w julienne. Przełóż do miski, zasyp cukrem i zostaw na 15 minut w ciepłym miejscu. Później dodaj oliwę z oliwek, sól, pieprz i sok z cytryny. Gotowym dressingiem polej mix sałat.

Składniki na 4 porcje:
Nasiona czarnuszki x 40 g
Zielony groszek / mrożony x 200 g
Mięta
Szpinak Fit & Easy x 200 g
Oliwa z oliwek
Troć / filet 400 g
Cream fraiche x 40 g
Sól, pieprz czarny, cukier
Botwinka x 400 g
Sok z cytryny
Mix sałat Party Fit & Easy x 1 opak.