

Łosoś bez tłuszczu

Przepis dodany przez użytkownika meg47



Smacznego :)

Ilość porcji: 3-4

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- świeży sprawiony łosoś - 1 kg
- sok z cytryny - 1/2 szt.
- sól -
- biały pieprz -
- masło - 1 łyżka(i)

Etapy przyrządzenia:

- 1.** 1. Umytą i osuszoną rybę, pokroić na 4 porcje, obficie skropić sokiem z cytryny, odstawić na pół godziny w chłodne miejsce.
2. Osączyć, oprószyć solą i białym pieprzem, usmażyć z obu stron bez tłuszczu na teflonowej patelni.
3. Zdjąć z patelni, na każdym kawałku ułożyć zmrożone wiórki masła.
4. Podawać z łyżką ugotowanego makaronu, jarzynami, pomidorami i zieloną sałatą.