Cuketovo-hráškové risotto s lososom

Počet porcií: 3
Čas prípravy: 30 minut
Bez lepku

Postup prípravy

Na troche masle orestujeme najemno nakrájanú pulku šalotku. Pridáme ryžu a za stáleho miešania restujeme cca 1 min. Zalejeme vínom a po vyvarení pridáme naberačku vývaru. Postup opakujeme cca 20 min. do zmäknutia ryže. Medzičasom orestujeme druhú porciu šalotky na masle a pridáme na kúsky nakrájanú cuketu, nastrúhaný strúčik cesnaku a štipku čierneho korenia. Cca 3-5 min. dusíme prikryté do polomäkka. Pridáme hrášok, vnať fenikla a osolíme. Necháme prevrieť a vlejeme smotanu. Keď zmes zovrie, odstavíme a dochutíme pár kvapkami citrónovej šťavy. Odoberieme 1/3 zmesi bokom na dekoráciu. Zvyšok zmesi vymixujeme dohladka spolu s lístkami mäty. Predhrejeme rúru na 220 st. Filety lososa s kožou osušíme, osolíme, pridáme štipku bieleho korenia a navrch dáme trocha masla a vetvičky tymianu. Pečieme cca 4 min. Do ryže vmiešame vymixovanú zmes, prihrejeme spolu v hrnci a po odstavení vmiešame zvyšok masla.

Ingrediencie

- **AT Jazmínová ryža 1 000 g** - 200 g
- **Cibuľa voľná** - 50 g
- **Cuketa** - 150 g
- **Cesnak** - 3 g
- **Citróny** - 150 g
- **Mäta pieporná** - 3 g
- **Bazalka čerstvá** - 6 g
- **Olivový olej** - 25 g
- **Losos** - 300 g
- **Pitná voda nesýtená** - 600 g
- **Mleté čierne korenie** - 1 g
- **Sterilizovaný hrášok** - 150 g
- **Smotana na šľahanie** - 500 g
- **Tymián** - 3 g
- **Maslo** - 10 g
- **Zeleninový bujón** - 10 g
- **Chardonnay neskorý zber víno polosuché biele** - 100 g
- **Korenie biele mleté** - 1 g
- **Fenikel** - 3 g
- **Jedlá soľ** - 4 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE