Sałatka wiosenna z pstrągiem

Przepis dodany przez użytkownika Kotek_kłopotek

Sałatka wiosenna z pstrągiem

Ilość porcji: 1-2
Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:
- 200 g filety z pstrąga - 2 łyżki soku z cytryny -
- sól, pieprz - 1 marchew - 100 g groszku cukrowego -
- 2 łyżki oliwy z oliwek - 4 łyżki bulionu warzywnego -
- 1 cebula - 100 g sałaty - Vinegrete cytrynowy -
- 0,25 pęczka posiekanej natki od pietruszki -

Etapy przyrządzania:

1. Filety z pstrąga skrapiamy sokiem z cytryny solimy, pieprzymy. Marchewkę szatkujemy w wąskie paseczki a groszek cukrowy myjemy. 1 łyżkę oleju z oliwek rozgrzewamy na patelni wrzucamy na niego marchew i groszek i lekko podduszamy, dodajemy bulion warzywny i dusimy 4 minuty solimy i pieprzymy. Cebulę obieramy drobno szatkujemy. 1 łyżkę oleju rozgrzewamy na patelni wrzucamy na to cebule i filety z pstrąga i smażymy 4 minuty z każdej strony, jeśli potrzeba dosmażamy cebule na złoty kolor. Sałatę rozdrabniamy i mieszamy z vinegrette. Wykładamy na sałatę, warzywa i filety z pstrąga, posypujemy natka od pietruszki.

Smacznego!

Pulpecik.pl