



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés: **15 perc**



Elkészítés: **60 perc**



Kohári Éva

SÜLT LAZAC ÉDESBURGONYA SALÁTÁVAL

Sült lazacot készíteni igazán egyszerű dolog. A citrom és a kapor jól passzolnak hozzá, az édesburgonya saláta pedig tökéletes köret mellé. A karácsonyi ünnepi fogás méltó része lehet.

HOZZÁVALÓK A SÜLT LAZACHOZ

4 db kb. 150 g-os,
bőrös lazacfilé
1 evőkanál Auchan
olívaolaj
ízlés szerint só
ízlés szerint szárított
kapor
fél db citrom leve
ízlés szerint citrombors

HOZZÁVALÓK AZ ÉDESBURGONYA SALÁTÁHOZ

4 db közepes méretű
édesburgonya
1 db lilahagyma
1 doboz Auchan
vörösbab
ízlés szerint só
1 evőkanál Auchan

nádcukor
1 evőkanál Auchan
almaecet
1 csokor friss
petrezselyem /
szárított
3 evőkanál Auchan
olívaolaj
**HOZZÁVALÓK AZ
ÖNTETHEZ**
1 evőkanál Auchan

mustár
1 evőkanál Auchan
akácméz
1 evőkanál Auchan
almaecet
ízlés szerint só
1 kis csipet frissen őrölt
feketebors
2 evőkanál Auchan
joghurt
ALLERGÉNEK

1

A lazacot mossuk meg és töröljük szárazra. Egy serpenyőbe öntsünk kevés olívaolajat, a bőrös felével lefelé tegyük bele a lazacot, majd helyezzük a tűzre a legmagasabb hőmérsékletre. Míg sül a lazac, sózzuk a tetejét, szórjuk meg gazdagon kaporral, citromborsal, locsoljuk meg frissen facsart citrom levével. Süssük a lazacot így 8 percig.

2

Majd 180 fokra előmelegített sütőben süssük további 20 percet.

3

Az édesburgonyát és a hagymát pucoljuk meg, a hagymát vágjuk csíkokra, az édesburgonyát pedig egyenlő nagyságú hasábokra. Tegyük sütőpapírral bélelt tepsibe, locsoljuk meg 2 evőkanál olívaolajjal, sózzuk és 180 fokra előmelegített sütőben kb. 30-40 perc alatt süssük meg.

4

Közben a babkonzerv levét öntsük le, tegyük egy felforrósított serpenyőbe 1 evőkanál olívaolajjal, majd pirítsuk pár percig. Szórjuk meg nádcukorral, locsoljuk meg kevés almaecettel és ízlés szerint sózzuk.

5

Az öntet hozzávalóit egy tálkában keverjük össze.

6

A megsült édesburgonyát és hagymát óvatosan keverjük össze a babbal, locsoljuk meg az öntettel és tálaljuk a lazac mellé.



**Töltse le további receptjeinket
az auchan.hu/receptek oldalról!**

