

Брускетта с маринованной в свекле форелью

Ингредиенты

- Морская соль - 200 г
- Сахар - 75 г
- Тмин - 1 ч.л семян
- Фенхель - 1 ч.л семян
- Свекла - 3 шт
- Форель - красная 300 г филе
- Оливковое масло - 6 ст.л
- Яблоко - зеленое 1 шт
- Хлеб - 4-6 кусков
- Салатные листья - горсть



Рейтинг блюда: 0/5

Процесс приготовления

1

Смешайте соль с сахаром,семенами тмина и фенхеля.

2

Две свеклы заверните в фольгу и запекайте в разогретой до 180 °С духовке 1 час.

3

Оставшуюся свеклу очистите от кожицы и натрите на мелкой терке.

4

Филе форели сложите в глубокую емкость (контейнер или миску) кожей вниз. Смешайте тертую свеклу со специями и выложите на форель. Накройте емкость пищевой пленкой и маринуйте рыбу 40 минут. Затем достаньте форель, обмахните с нее свеклу, протрите рыбу салфеткой и полейте оливковым маслом. Нарезьте рыбу тонкими ломтиками.

5

Запеченную свеклу достаньте из духовки, остудите, очистите и нарежьте красивыми сегментами. Яблоко нарежьте тонкими ломтиками.

6

Хлеб подсушите в тостере или на сухой сковороде. Выложите на хлеб свеклу, яблоко, рыбу. Подавайте брускетты с листьями салата.

Приятного вам аппетита :)