



STEAK Z LOSOSA NA PÓRKU S RAJČATY

DOBA PŘÍPRAVY A VAŘENÍ: 25 MINUT

SLOŽENÍ

- 2 velké pórků, nakrájené, omyté a osušené
- 4 velká rajčata, zbavená stopek, s vyříznutým „X“ na spodní straně
- 100 g žampionů
- 2 polévkové lžíce citrónové šťávy
- 2 polévkové lžíce másla
- 150 ml zeleninového vývaru
- 4 filety z lososa bez kůže, vykostěné, každý ~180 g
- 2 polévkové lžíce olivového oleje
- čerstvé zelené bylinky, např. petržel, pažitka, estragon atd. na ozdobu
- sůl a čerstvě namletý pepř

ZPŮSOB PŘÍPRAVY

1. Pórek blanšírujte 2–3 minuty v iCook 1litrovém hrnci naplněném vařící osolenou vodou, dokud nezměkne. Pomocí děrované lžice přendejte pórek z vody do misky s ledovou vodou.
2. Do vařící vody dejte na 10–15 sekund rajčata. Pomocí děrované lžice je přendejte do misky s ledovou vodou.
3. Rajčata nechte před oloupaním, zbavením semen a krájením vychladnout. Houby očistěte a nakrájejte a ihned přidejte citrónovou šťávu.
4. Na větší pánvi iCook při středně nízké teplotě rozpusťte máslo a ohřejte zeleninový vývar. Přidejte pórek a lehce povařte.
5. Filety z lososa osolte a opepřete. Na středním ohni rozpalte na pánvi olivový olej a lososa po každé straně smažte asi 3–4 minuty, dokud nebude na dotek pevný a na pohled neprůhledný.
6. K pórků přidejte nakrájená rajčata a houby a několik minut ohřívejte, pak podle chuti okořeňte. Lososa a zeleninu podávejte v teplých miskách a ozdobte bylinkami.