



水煮三文鱼

食谱作者 V-ZUG 瑞族



制备过程 30 分钟
烘烤的时间：烘烤时间取决于机器
份 4
电器 ComhairSteamer V2000 自 2021 年

配西葫芦饼和青酱

青酱

- 1 束 细叶芹
- 1 束 欧芹
- 1 束 香葱
- 25 克 水芹
- 100 克 原味酸奶
- 1 茶匙 糖
- 1 茶匙 芥末
- 1 茶匙 食盐
- 50 克 鲜奶油

西葫芦饼

- 200 克 带皮烤土豆, 去皮
- 200 克 胡瓜
- 1 茶匙 食盐
- 少许 胡椒
- 用于煎炸的橄榄油

三文鱼

- 4 无皮三文鱼片, 各100克
- 防粘的橄榄油





少许 盐之花

青酱

将包含盐在内的所有配料打成泥，然后拌入法式酸奶油，搅拌。

西葫芦饼

将带皮烤土豆和西葫芦在擦丝器上研磨进碗里，并用盐和胡椒粉调味。

在一个带涂层的大平底煎锅中加热大量的橄榄油。将马铃薯混合物倒入平底锅，制作出4个土豆饼。用中火将土豆饼煎至两面金黄。保温备用。

三文鱼

将鱼肉放在涂过油的不锈钢烤盘上，在蒸汽模式下以48°C烹饪 20分钟。

摆盘

在三文鱼肉上撒一些法国盐之花，摆在西葫芦饼上。搭配青酱享用。

烹饪步骤

在 蒸汽 期间为 **48 20 分钟**°C

小费

前一天的带皮烤土豆更容易压碎。

配件

不锈钢烤盘

手动搅拌器或立式搅拌机

附加信息

创建时间

26.01.2022

