



Обжаренная молодая цветная капуста с гарниром полонез и ризотто Венере

Рецепт от V-ZUG АО



Приготовление 45 Mins
Время 25 Mins
приготовления
Порции 4
прибор Combair-Steam SL с 2015 года

Молодая цветная капуста

Разогреть рабочую камеру до 210 °C Hot air + steaming

4 Молодая цветная капуста

Очистить цветную капусту от зеленых листьев, выложить на противень с бумагой для выпечки и поместить в духовку. Довести до готовности.

Put the food in

Hot air + steaming 210 °C в течение 25 Mins

Достать цветную капусту из духовки и посыпать сверху гарниром полонез. Сервировать с ризотто Венере.

Ризотто Венере

1 головка лука-шалота

оливкового масла

200 г Рис Венере

Соль

75 г сливочного масла

Лук-шалот тонко нарезать и обжарить в оливковом масле. Добавить рис и приготовить в соответствии с инструкцией на упаковке.

Перед сервировкой подмешать масло и оформить блюдо на тарелке.

Полонез

4 ст. л. сливочного масла

6 ст. л. Панировочная мука
Panko

½ яйцо, сваренного вкрутую

1 ст. л. петрушки, измельченного





Соль

Очистить и мелко порубить яйцо. Разогреть сливочное масло на сковороде, добавить панировочную муку Rapko и обжарить на сковороде до золотистого цвета. В завершение добавить мелко порубленное яйцо и петрушку, приправить солью.

Советы

Цветную капусту можно также сервировать с подсолненным ореховым маслом или тахини.

Аксессуары

противень

Дополнительная информация

Составлен 11.12.2019

