



Эскабече

Рецепт от V-ZUG AO



Приготовление 45 Mins
Время 30 Mins
приготовления
Порции 4
прибор Comhair-Steam SE с 2015 года

Приготовление

- ¼ клубня сельдерея
- 1 морковка
- ½ фенхеля
- 1 стручковый перец, красный
- 1 головка репчатого лука, красный
- ½ лука-порея
- 5 помидоров
- ½ пучка петрушки
- 1 лимон, необработанный

Очистить и измельчить сельдерей и морковь. Помыть укроп, подготовить и измельчить. Стручковый перец и лук-порей помыть и нарезать тонкими полосками. Лук очистить и мелко нарезать кубиками. Помыть помидоры, удалить плодоножку и мелко нарезать кубиками. Измельчить петрушку. Помыть лимоны и нарезать ломтиками шириной 1 см.

Разогреть рабочую камеру до 160 °C Hot air + steaming

- 2 дорады, прим. по 350 г
- 1 ст. л. сливочного масла
- Соль
- Перец
- 3 ст. л. оливкового масла

Овощи и петрушку положить в фарфоровую форму, хорошо посолить и поперчить. Помыть рыбу, разрезать вдоль, нафаршировать дольками лимона и маслом, поперчить и посолить. Положить рыбу на овощи и полить оливковым маслом.

Поставить фарфоровую форму на решетку в предварительно нагретую камеру. Довести до готовности.

Put the food in

Hot air + steaming 160 °C в течение 30 Mins

- 3 ст. л. уксуса из хереса, или слабого уксуса





Добавить уксус после приготовления.

Аксессуары

Фарфоровая форма ½ GN, высота 65 мм

Решетка

Дополнительная информация

Составлен 11.12.2019

