Эскабече

Рецепт от V-ZUG AO



Приготовление	45 Mins
Время приготовления	30 Mins
Порции	4
прибор	Combair-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 фарфоровою 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