



Морской окунь

Рецепт от V-ZUG AO



Приготовление 30 Mins
Время 25 Mins
приготовления
Порции 4
прибор Combairsteamer V6000 с 2021
года

запеченный в соляной лимонной корке

Морской окунь

4 кг крупнозернистой
морской соли
1 лимон, тертая цедра
1 пучок тимьяна, ошипать
2 белок
100 мл воды
2 морских окуня (прибл. по
500 г)

Морской окунь

Предварительно разогреть камеру до 200 °C в режиме обдува горячим воздухом. Хорошо смешать все ингредиенты, включая воду. Для каждой рыбы сформировать на противне, застеленном бумагой для выпечки, соляную подушку по величине рыбы. Промыть рыбу внутри и снаружи холодной водой и просушить. Положить рыбу на соляную подушку и вставить температурный зонд в самое толстое место рыбы. Распределить оставшуюся соль по рыбе и плотно придавить. Поставить противень с рыбой на средний уровень и подсоединить температурный зонд к камере. Запекать до тех пор, пока температура сердцевины не достигнет 55 °C. Надрезать солевую корку по кругу зубчатым ножом и аккуратно снять. Филе морского окуня подавать без шкурки.

Шаги приготовления

Разогреть рабочую камеру до 200 °C Hot air





Предварительный разогрев завершен. Поместить блюдо в камеру. Подключить температурный зонд к камере.

Разогреть рабочую камеру до 200 °C Hot air

Аксессуары

Противень

Температурный зонд

Дополнительная информация

Составлен

26.01.2022

