



SÜLT PISZTRÁNG SÜTŐBEN SÜLT BURGONYÁVAL ÉS OLÍVABOGYÓVAL

HOZZÁVALÓK

- 400 g kisméretű burgonya, meghámozva és félbevágva
- Olívaolaj
- Só és frissen őrölt fekete bors, ízlés szerint
- 2 kis mogoróhagyma, négyfelé vágva
- 1 piros paprika, nagyobb szeletekre vágva
- 2 filézett pisztráng
- 2 citrom leve
- Egy csokor petrezselyem, nagyobb darabokra tépve
- 20 g fűszervaj
- 50 g napon szárított paradicsom, nagyobb darabokra vágva
- 100 g pimiento paprikával töltött zöld olívbogyó
- 100 g vegyes zöldsaláta (tetszés szerint)

ELKÉSZÍTÉS MÓDJA

1. Melegítsd elő a sütőt 180 °C-ra.
2. Főzd a burgonyát 10 percig a 2 literes serpenyőben. Csepegtesd le a burgonyát, majd helyezd a közepes méretű iCook™ Keverőtálba. Önts rá egy kevés olívaolajat, és sózd, borsozd ízlés szerint. Ezután teríts sütőpapírt a tepsibe úgy, hogy legyen elegendő túlnyúló része egy batyu formázásához, melyre a következő lépésekben kerül sor.
3. Rendezd el a burgonyát, a mogoróhagymát és a paprikaszeleteket a tepsibe terített sütőpapíron, majd süsd 5 percig, éppen ropogósra.
4. Tisztítsd meg a pisztrángot, és távolítsd el az összes szálkát a haltörzsekből.
5. Tedd a pisztrángot a zöldségekre, majd sóval és borssal ízesítsd. Önts citromlevet a pisztrángra, és szórd meg petrezselyemmel. A sütőpapír felhajtásával alkoss egy batyut, ügyelve arra, hogy mindegyik oldala le legyen zárva, majd süsd 10-12 percig.
6. A sütőpapír kihajtogatásával ellenőrizd, hogy a pisztráng átsült-e. Ha a hal már nem áttetsző és a bőre elkezd pikelyesedni, készen van. Ha még nincs, csomagold vissza a batyut, majd tedd be a sütőbe még néhány percre.
7. Vedd ki az ételt a sütőből, vedd ki a batyut a tepsiből, tedd félre, majd bontsd ki a batyut, és tedd a fűszervaját a forró halra.
8. Önts olívaolajat a még meleg tepsibe, és tedd bele a főtt burgonyát és a pisztrángot. Add hozzá a napon szárított paradicsomot, és süsd addig, amíg a zöldségek el nem kezdenek megpirulni. Vedd ki a sütőből, add hozzá az olívbogyót, és pihentesd néhány percig. Melegen tálald.

Javasolt köret: friss zöldsaláta egy kevés sóval és olívaolajjal