



JERNEJ KITCHEN

LOSOS Z DUŠENO ENDIVJO IN ČIČERIKO

Losos z dušeno endivjo in čičeriko je slastno, lahko kosilo, pripravljeno v 30 minutah. Bogata omaka in hrustljivo zapečen losos.

ZA	4	OSEBE
PRIPRAVA:	5	MINUT
KUHANJE:	15	MINUT
ČAS SKUPAJ:	20	MINUT

DUŠENA ENDIVJA S ČIČERIKO

700 g endivje solate

100 g masla

3 žlice olivnega olja

2 inčuna

2 stroka česna

1 žlica sveže iztisnjene soka
limone

2 žlici belega vinskega kisa

100 g kuhane čičerike

muškatni oreh

LOSOS

1 čajna žlička olivnega olja

4x file losos (4x150g)

TOOLS AND EQUIPEMENT Oglas

ponev

rezalna deska

kuhinjski nož

ENDIVJA SOLATA

Endivjo solato operemo pod tekočo vodo. Odstranimo sredico in rjave liste. Liste ločimo. Večjo ponev pristavimo na zmeren ogenj. Dodamo 40g masla in žlico olivnega olja. Ko se maslo raztopi in se prične peniti, dodamo inčuna in strta stroka česna. Premešamo in dodamo liste endivje. Dušimo tako dolgo, da listi uvenejo in spustijo vodo, približno 5 minut.

DUŠENA ENDIVJA S ČIČERIKO

Ogenj povečamo in kuhamo 3 - 4 minute, da voda skoraj popolnoma izhlapi. Endivjo solato potisnemo na eno stran ponev. Dodamo limonin sok, vinski kis in kuhano čičeriko. Kuhamo tako dolgo, vinski kis in limonin sok rahlo izparita, približno 1 minuto. Premešamo in odstavimo z ognja. Dodamo preostalo maslo. Solimo in popramo, začинimo z malo muškarnega oreha ter dodamo še 1 - 2 žlici olivnega olja.

PEČEN LOSOS

Ponev pristavimo na zmeren ogenj. File lososa osušimo z brisačko in solimo ter popramo. Kožo rahlo premažemo z olivnim oljem. Ko je ponev segreta, dodamo žličko olivnega olja in file lososa s kožo navzdol položimo v ponev, stran od sebe. Lososa po 30 sekundah s kuhinjsko lopatico pritisnemo ob ponev, da se lepo splošči, tako bomo dobili enakomerno zapečeno kožo. File lososa pečemo 3 - 4 minute, odvisno od debeline, nato ga obrnemo, ogenj ugasnemo in pečemo še minuto na drugi strani.

POSTREŽEMO

Dušeno endivjo solato razporedimo med štiri krožnike. Na vsak