

detkityumen.ru

Форель под сметаной и сыром



Где готовим?

Мультиварка

Ингредиенты:

- 3 стейка форели,
- 200 г сметаны,
- 100 г твердого сыра,
- 1 болгарский перец,
- 1 томат,
- Пучок зеленого лука,
- Соль и перец по вкусу.

Приготовление:

Стейки форели промываем, высушиваем бумажными полотенцами, солим, перчим по вкусу и выкладываем в кастрюлю мультиварки. Готовим в режиме “Выпечка” 10 минут, по 5 минут с каждой стороны.

Пока форель в мультиварке, натираем сыр на крупную терку и делим на 2 равные части. Одну часть сыра смешиваем со сметаной и добавляем мелко нарубленный зеленый лук. Нарезаем томат тонкими кружками, а болгарский перец тонкими кольцами. Как только закончится режим выпечки, поверх стейков смазываем приготовленным соусом, сверху выкладываем кружочки томатов и кольца болгарского перца, солим по вкусу и посыпаем второй частью тертого сыра. Оставляем в режиме “Выпечка” ещё на 30 минут.

Бон аппетит!

04.06.2014

sofi.fomenko