



Losos v sezamové krustě se zeleninovým salátem z klíčků

Suroviny

losos

sezam (černý je zdravější)

menší kousek zázvoru

šťáva z citronu

olivový olej

sůl

bílý pepř

Na salát

ledový salát

naklíčené mungo fazolky/čočka/hrách

zálivka z olivového oleje a vinného octa

Postup

Zázvor oloupejte a nasekejte nadrobno. Filety osolte, opeřete a potřete směsí oleje, citronové šťávy a zázvoru. Zakryjte a nechte v lednici krátce marinovat. Z marinovaného lososa setřete marinádu. Každý kousek pak obalte v sezamu a vyrovnejte kůží dolů na pekáček. Dejte do trouby a pečte při teplotě 160 °C asi 30 minut (podle výšky filetu).