



БАРАБУЛЬКА ПО-ИТАЛЬЯНСКИ

Барабулька такая живописная рыбка! Но мне никогда не попадался такой рецепт, чтобы и живописность ее сохранить и приумножить и, чтобы вкусно было, так чтобы «пальчики оближешь»! Но теперь я с уверенностью могу сказать, это лучшее что вы можете сделать с барабулькой! Барабулька по-итальянски! Очень нарядное и праздничное блюдо!

Понадобится:

барабулька – 7 штук

помидоры черри – 3-4 веточки

лук – 1 штука

чеснок – 3 зубчика

изюм – 40 граммов

кедровые орешки – 40 граммов

каперсы – 2 столовые ложки

черные оливки без косточки – 40 граммов

базилик – 1 пучок

оливковое масло – 1 столовая ложка

соль и перец по вкусу

Приготовление:

Изюм залей кипятком на 15 минут и отожми. Кедровые орешки обжарь на сухой сковороде.

Половину помидор разрежь на 4 части, оставшуюся половину оставь не ветке. Лук и чеснок измельчи и обжарь на оливковом масле. В сковороду добавь помидоры, орешки, каперсы, оливки и изюм. Посоли, поперчи и несколько минут готовь на небольшом огне. В конце добавь рубленый базилик.

Рыбу очисти, вымой и разделай на филе, посоли и поперчи.

Уложи рыбу в емкость для запекания или на противень устеленный пергаментом. На рыбу выложи соус и оставшиеся веточки помидор черри смазанные оливковым маслом.

Запекай 10 минут при температуре 150 градусов.

На аперитив подай холодное гаспачо в рюмках, а на закуску итальянские специалитеты!

Если есть детки, лучше на гарнир сделать молодой картофель в беконе!



Праздничный обед в саду - готов!

www.sifood.com.ua - Барабулька по-итальянски