# САЗАН СО ШПИНАТОМ

Прекрасный воскресный обед!
Рыба может быть любая, но я решила купить филе сазана. Сальса из огурцов, граната и петрушки - очень пикантное дополнение в этому блюду!

## Понадобится:

филе сазана - 600 граммов
лимон - 1 штука
каперсы - 1 столовая ложка
беби шпинат - 2 упаковки или обычный свежий шпинат - 4-6 пучков
сливочное масло ГМЗ - 30 граммов
сливки ГМЗ 10% - 100 миллилитров
чеснок - 1 зубок

для сальсы:
огурец - 1 штука
зерна грана - 2 столовые ложки

оливковое масло - 2 столовый ложки
петрушка - 1/2 пучка

соль и перец по вкусу

## Приготовление:

Духовку разогрей до 180 градусов.
Филе рыбы помой, обсуши бумажным полотенцем и избавься от костей. Сложи филе пополам вдоль и разрежь на 4 части. Выложи на фольгу, полей соком лимона, посоли и посыпь каперсами. Плотно заверни фольгу и запекай рыбу 20 минут.

Огурец порежь мелкими кубиками, петрушку мелко поруби, смешай с зернами граната, добавь оливковое масло, посоли и перемешай.

В сотейнике растопи сливочное масла, положи в ней зубок чеснока, добавь шпинат и активно помешивая обжаривай пока шпинат не уменьшиться в объеме.
Влей сливки, добавь соль и сними с огня.

На тарелку выложи шпинат, сверху запеченное филе рыбы и посыпь сальсой из огурцов и граната. Полей лимонным соком и подавай горячим.

**www.sifood.com.ua** - Сазан со шпинатом