ГОРБУША ЗАПЕЧЕННАЯ НА ГРИЛЕ

Горбуша или розовый лосось – это самый маленький и самый распространенный вид тихоокеанских лососевых. Честно говоря, я впервые ее готовила, хотя о пользе я слышала много, но не думала, что это настолько вкусно! А вот рецепт необычного салата, как и рецепт самой горбуши я нашла на сайте easyfish.club. Загляните – там известные шефы делятся классными простыми рецептами блюд с дикой рыбой. Я уже себе в закладочки добавила.

Итак, горбуша на гриле!

Понадобится:

тушка горбуши – примерно 1 кг
оливковое масло – 150 граммов
цедра лимона – 1 столовая ложка
сок половины лимона
чеснок – 2 зубчика
тимьян – несколько веточек

для салата:
помидорки черри – 15 штук
консервированные артишоки – 100 граммов
оливки без косточки – 50 граммов
фета – 50 граммов
авокадо - 1 штука
зеленый лук – пару стручков
маринад от артишоков – 2 столовые ложки

Приготовление:

Рыбу заранее достань из холодильника, хорошо промой брюшко и сделай надрезы на коже.
Смешай в блендере оливковое масло, сок лимона, цедру, чеснок и тимьян.
Полученной смесью смажь рыбу со всех сторон, посоли и оставь мариноваться на 10-15 минут.
Разогрей гриль, смажь его маслом и выложи в него рыбу.
Готов 10-15 минут (в зависимости от размера тушки).
Черри разрежь пополам, артишоки на четыре части, оливки пополам, фету и авокадо кубиками, лук мелко. Все смешай, посоли и заправь маринадом от артишоков.
Подавай горбушу с салатом полив лимонным соком.

www.sifood.com.ua - Горбуша запеченная на гриле