



Hodí sa k pivám z chuťovej kategórie Sladké a ovocné.



Ambasador
Desperados

Filet z morského vlka s feniklom a pomarančovým maslom

SUROVINY NA 4 PORCIE

- filet z morského vlka s kožou, 4 × 150 g
- maslo, PL
- pomarančová šťava, 4 PL
- pomarančová kôra, 1 PL
- fenikel buľvový, 1 ks 200 g
- pomaranč, 1 ks
- špenát - čerstvé listy, 40 g
- čili paprička, 1 ks
- cesnak 1 strúčik alebo cesnak medvedí 8 listov
- olivový olej, 2 PL
- čierne korenie čerstvo mleté
- soľ

POSTUP

1. Fenikel nakrájame na plátky hrubé 1 - 1,5 mm, z pomaranča zrežeme šupu aj s bielou vrstvou, ostrým nožom vyfiletujeme (vykrojíme jednotlivé mesiačky bez šupky).

Cesnak očistíme a pokrájame na tenké plátky.

Z malej čili papričky nakrájame tenké kolieska. Na porciu potrebujeme 2 - 3 plátky podľa intenzity.

V panvici rozpálime olej, opečieme fenikel dozlatista, okoreníme, jemne osolíme, pridáme čili, cesnak, pomaranč a špenátové listy a ihneď vodstavíme.

2. Filety opečieme na masle. Začíname stranou, na ktorej je koža. Po 2 - 3 minútach obrátíme a dopečieme asi 1 minútu podľa veľkosti.

Rybu vyberieme a odložíme na teplé miesto. Do panvice pridáme zvyšné maslo, pomarančovú kôru a šťavu, necháme krátko prevariť, potom filety vrátime do panvice, rýchlo obrátíme v pomarančovom masle a servírujeme s opečeným feniklom.