



Frigarui de pește cu sos de boia de ardei

Dificultate **Medie**

Timpul de pregătire **30 min**

Timp total **1h**

Dimensiunea porției **4 porții**

Ingredient

- 600 g Fileuri de pește (de exemplu halibut, saithe, redfish), în cuburi mari
- 2 Lingură de suc de lămâie
- Sare
- Piper
- 150 g Bacon, felii foarte subțiri
- 250 g Dovlecei, feliați
- 12 Roșii cherry
- 100 g Ceapă, înjumătățită
- 20 g Ulei de măsline
- 500 g Apă
- 1 Merg. lingurita pasta de condimente pentru supa de legume, de casa sau 1 Cub supă de legume (pentru 0,5 l)
- 600 g Cartofi, în bucăți mici

Sos de boia de ardei:

- 300 g ardei rosii, in bucati
- ½ Buchet de patrunjel de frunze, fara tulpini
- ½ - 1 linguriță de sare pe bază de plante
- 1 Vârf de piper
- 70 g Brânză cremă de plante medicinale

Pregătire

1. Acidificați cuburile de pește cu suc de lămâie, condimentați cu sare și piper și înfășurați cu feliile de slănină.
2. Se pun cuburile de pește învelite alternativ cu felii de dovlecei și roșii cherry pe 4 frigarui de lemn și se pun în recipientul Varoma.
3. Pune ceapa în vasul de amestecare, se toacă **3 sec./viteza 5** și aluneca în jos cu spatula.
4. Se adaugă ulei de măsline și se sote timp de **2 min. 30 sec./120°C/pasul 1**.
5. Adăugați apă și cuburi de bouillon, atârnați insertia de gătit, cântăriți cartofii, puneți Varoma și gătiți timp de **25 min./Varoma/pasul 2**.
6. Puneți deoparte Varoma și introduceți-l de gătit și transferați cartofii. Goliți vasul de amestecare și colectați lichidul de gătit.

Sos de boia de ardei:

1. Adăugați ardeii în vasul de amestecare și tăiați timp de **5 sec./pasul 5**.
2. Adăugați 100 g lichid de gătit și gătiți timp de **5 min./100°C/pasul 2**.
3. Adăugați pătrunjel, sare de plante medicinale și piper și piure timp de **20 de secunde / viteză 8**.
4. Se adauga crema de branza si se amesteca timp de **10 sec./viteza 2.5**. Se servesc frigarui si cartofi caldi cu sosul.

Elemente utile

Frigarui din lemn (aprox. 15 cm)