



Platou de legume și pește cu piure de cartofi și sos de boia de ardei

Dificultate Ușor

Timpul de pregătire 15 min

Timp total 45 min

Dimensiunea porției 4 porții

Ingredient

- 1000 g cartofi fierți făinoși, în bucăți
- 320 g Apă
- 180 g smântână
- 1 linguriță de sare și un pic mai mult
- 2 Preț nucșoară
- 750 g Legume mixte (de exemplu, praz, broccoli, kohlrabi, ciuperci), în bucăți mici
- 1 ardei roșii, înjumătățiți
- 4 Bucăți de fileuri de somon, proaspete, fără piele (à 125 g)
sau 4 Bucăți de fileuri de somon, congelate (à 125 g)
- 50 g unt
- 300 g lapte
- ½ Buchet de patrunjel de frunze, fara tulpini
- 20 g făină
- 1 Cub supă de legume (pentru 0,5 l)
- 1 Vârf de piper

Pregătire

1. **Introduceți atașamentul de agitare.** Adăugați cartofi, apă, smântână, 1 linguriță de sare și nucșoară în vasul de amestecare.
2. Așezați recipientul Varoma, puneți legumele și ardeii în recipientul Varoma. Introduceți raftul Varoma, puneți somonul deasupra, închideți Varoma și gătiți timp de **30 min./Varoma/Pasul 1**.
3. Varoma deoparte. Scoateți ardeii fierți, transferați legumele și peștele și păstrați-l cald.
4. Se adaugă untul în vasul de amestecare, piureul timp de **30 sec./viteza 3**. Transferați cartofii piure într-un castron, cu excepția unui reziduu de aproximativ 2-3 linguri și păstrați-l cald. **Scoateți atașamentul de agitare.**
5. Adăugați ardei fierți, lapte, pătrunjel, făină, 1 vârf de sare, bulion de legume și piper în vasul de amestecare la restul piureului, amestecați timp de **15 sec./viteză 6** și aduceți la fierbere timp de **3 min./100°C/pasul 3**.
6. Se toarnă sosul de boia de ardei într-un castron și se servește imediat cu legume, somon și piure de cartofi.

Sugestii & Sfaturi

- Timpul de gătire trebuie respectat exact, altfel piureul va începe. Prin urmare, este important ca bucățile de legume să fie tăiate destul de mici, astfel încât să fie gătite în acest timp.
- Sosul este foarte gustos și abundent. Sosul rămas poate fi servit cu orez sau paste făinoase.
- Puteți găti somonul învelit în hârtie de copt sau folie de aluminiu pe legume.
- În loc de pește, puteți găti, de asemenea, 4 ouă cu legumele din Varoma. Dacă doriți, înfășurați ouăle în folie de aluminiu înainte de gătit.