



Felie de somon afumat

Dificultate ușor

Timp de preparare 10 min.

Timp total 2h 40 min.

Mărime porție 6 felii

Ingrediente

Baza de orez

- 40 g unt, nesărat sau sărat, înmuiat, plus pentru uns
- 300 g orez alb
- 900 g apă
- 1 ou
- ¼ linguriță sare de mare
- ¼ linguriță piper negru măcinat

Somon

- 50 g parmezan, fără crustă și tăiat cuburi (3 cm)
- 2 fire pătrunjel verde, doar frunzele
- 40 g unt, nesărat sau sărat, înmuiat
- 40 g făină
- 1 ½ linguriță pudră de curry
- 320 g lapte integral
- 50 g maioneză (vezi recomandări)
- 1 ou
- 40 g zeamă de lămâie (aprox. 1 lămâie)
- 200 g somon afumat, tăiat bucăți (2-3 cm)
- 1 priză sare de mare, plus după gust
- ¼ linguriță piper negru măcinat, plus după gust
- ½ linguriță semințe de susan (opțional)

Valori nutritive per 1 porție

Calorii 2126.8 kJ / 506.3 kcal

Proteine 19.3 g

Carbohidrați 48.2 g

Grăsimi 26.3 g

Grăsimi saturate 12 g

Fibre 1 g

Sodiu 793.9 mg

Preparare**Baza de orez**

1. Ungeți un vas pentru copt (30 x 20 cm) și dați deoparte. Introduceți coșul de înăbușire în bolul de mixare și cântăriți orezul în el. Scoateți coșul de înăbușire cu ajutorul spatulei și clătiți până când apa curge clară.
2. Puneți apa în bolul de mixare. Reintroduceți coșul de înăbușire cu orez, apoi gătiți **13-15 min./100°C/viteza 4**, până când orezul este gătit. Scoateți coșul de înăbușire cu ajutorul spatulei și dați orezul deoparte. Goliți apa din bolul de mixare.
3. Puneți oul, sarea, piperul, orezul gătit și untul în bolul de mixare și amestecați **10 sec./invers/viteza 4**. Transferați amestecul de orez în vasul pentru copt pregătit, presați ferm pentru a forma o bază, apoi dați deoparte. Spălați și uscați bolul de mixare.

Somon

1. Preîncălziți cuptorul la 180°C.
2. Puneți parmezanul în bolul de mixare și radeți **10 sec./viteza 9**. Transferați într-un castron și dați deoparte.
3. Puneți pătrunjelul în bolul de mixare și mărunțiți **3 sec./viteza 7**. Transferați într-un castron separat și dați deoparte.
4. Puneți untul, făina, pudra de curry, laptele, maioneza și oul în bolul de mixare și gătiți **7 min./90°C/viteza 4**. Curățați pereții bolului cu spatula.
5. Adăugați zeama de lămâie, somonul, sarea, piperul și pătrunjelul dat deoparte și gătiți **1 min./90°C/invers/viteza 1**.
6. Asezonați după gust, apoi transferați amestecul de somon în vasul pentru copt și întindeți uniform peste baza de orez.
7. Presărați cu parmezanul dat deoparte și semințele de susan (opțional), apoi coaceți timp de 30-35 minute (180°C), până devine aurie.
8. Lăsați să se răcească (aprox. 30 minute), apoi puneți în frigider pentru a se răci complet. Tăiați în 6 felii și serviți rece.

Obiecte utile

vas pentru copt (30 cm x 20 cm), cuptor, frigider, castron

Recomandări & Sfaturi utile

- Pentru a prepara maioneză, consultați Cookidoo® pentru rețetă.
- Această felie poate fi păstrată la frigider timp de până la 2 zile.
- **Felie cu pui:** în pasul 8 reduceți timpul de gătire la **4 min/90°C/viteza 4**. Apoi, în pasul 9, înlocuiți somonul afumat cu 300 g pulpe de pui dezosate, fără piele, tăiate bucăți (1 cm) și gătiți **7 min/90°C/viteza 1**. Continuați conform rețetei.
- **Felie cu somon afumat și orez brun:** cântăriți și spălați conform rețetei orezul brun, în pasul 2. Apoi, în pasul 3 măriți cantitatea de apă cu 1000 g, reintroduceți coșul de înăbușire cu orezul brun și gătiți **40-45 minute/100°C/viteza 4**, până este fiert orezul. Continuați conform rețetei.