Sandacz z cytrynową nutą i topinamburem

Nikita

Polecane na: **danie główne, lunchbox**

Kuchnia (region): **arabska, niemiecka, polska**

Warto wiedzieć:

45 min

2 porcje

Składniki:

filet z sandacza - 300-350 g
topinambur - 6-8 szt.
ziemniaki małe - 3-4 szt.
marchewka - 2 szt.
biały pieprz i sól - do smaku
sos: -
gorczyca jasna - 1 łyżeczka
masło - 2 łyżka
oliwa z oliwek - 1 łyżka
skórka otarta z cytryny - 1 łyżeczka
sok wyciśnięty z cytryny - 2-3 łyżeczka
sól - - do smaku
garnek do gotowania na parze -

Sposób przygotowania:

KROK 1: Filet z sandacza natrzeć solą i białym pieprzem, odstawić do lodówki do zamarynowanie na 15-20 minut. Ziemniaki obrać i pokroić na małe kawałki (około 2 cm). Topinambur wyszorować i pokroić na małe kawałki. Marchew obrać, pokroić w plastry około 1 cm. Do garnka do gotowania na parze wlać 500 ml wody. Pokrojone warzywa umieścić w garnku do gotowania na parze na pierwszym poziomie. Gotować około 15 minut.
Po tym czasie na drugim poziomie ułożyć papier do pieczenia (pozostawiając część wolnych otworów), na papierze położyć filet z sandacza przekrojony na pół, przykryć i gotować na parze kolejne 15 minut.
W międzyczasie przygotować sos. Krótko uprażyć gorczycę na patelni bez tłuszczu, dodać masło i podgrzewać, aż masło się lekko zarumieni. Dodać oliwę z oliwek, skórkę z cytryny i sok z cytryny. Sos doprawić solą i pieprzem.
Warzywa ugotowane na parze przełożyć do naczynia, posolić lekko i dodać do nich połowę

sosu, wymieszać.

KROK 2: Pozostałym sosem polać ugotowanego na parze sandacza. Podawać z zieloną sałatą i ewentualnie lampką białego wina.