
Tuńczyk na kruchych warzywach z aromatycznym cytrynowym sosem

Dodano: 2011-05-06 13:02:16

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 3285 razy.

tuńczyk w oleju

papryka, ogórek, kukurydza, czerwona cebula, pomidor

jajo w koszulce

sałata

cytryna, majonez, kwaśna śmietana lub jogurt naturalny

przyprawy

Sałatę rwiemy, przelewamy sosem vinegrette. Wszystkie warzywa kroimy w paski, cebulę w krążki. Na talerzu układamy warzywa na przygotowanej wcześniej sałacie. Następnie odsączamy tuńczyka i rozkładamy go po wszystkich warzywach.

Efektownie na talerzu wygląda jajo przygotowane w koszulce (które można dodawać także do innych potraw). Wystarczy do wody wlać ocet, następnie włożyć folię spożywczą, na którą wbijamy jajo (przyprawiamy je do smaku). Po czym rogi folii składamy do środka (cztery rogi do góry).

Przygotowanie aromatycznego sosu cytrynowego: Mieszamy sok z wyciśniętej cytryny, majonez oraz jogurt (lub kwaśną śmietaną). Przyprawiamy do smaku cukrem, solą i pieprzem.

Danie proponowane na wielkanocny stół.

Nadesłał: Jakub Dąbrowski/gazeta Nasz Elbląg <>