sumeček africký se zeleninou versailles

11. 1. 2018 •
10 porcí (dospělý)

ingredience

- 1000 g Filet ze sumečka afrického
- 800 g Zeleninová směs Versailles
- 5 g Sůl

- 2 g Rozmarým drcený
- 120 g Máslo

postup

1. Filety sumečka afrického osušíme a posypeme rozmarýnem a solí. Takto připravené filety pečeme v konvektomatu na režim pára 90 st. Celsia po dobu cca 12 minut.
2. Zeleninu Versailles, která je již výrobcem ochucená a zjemněná máslem, orestujeme zlehka na pánvi. Nerestujeme ani nedusíme příliš dlouho, zelenina by tak ztratila přirozenou barvu a křehkost. Před použitím doporučujeme zeleninu nechat pozvolna rozmrazit alespoň 24 hodin v chladničce.
3. Jako přílohu doporučujeme rýži.

Zdroj: **Bidfood, Bohemia Fishing Farm**