

# Marynowany łosoś z buraczkami i koperkiem

## Składniki na 10 porcji:

### Marynowany łosoś:

Filet z łososia ze skórą	1,000 kg
Sos sałatkowy koperkowy Knorr	0,050 kg
Koperk siekany	0,040 kg
Sól morską	0,200 kg
Cukier	0,250 kg
Esencja bulionu rybnego Knorr Professional	0,030 l

### Buraki:

Buraki ugotowane	0,500 kg
Ocet winny czerwony	0,025 l
Olej lniany	0,090 l
Sól morską	do smaku

### Dekoracja:

Burak surowy	1 szt.
Rzodkiewka	10 szt.
Majonez do dekoracji Hellmann's	0,300 l
Chleb tostowy pszenny	3 kromki do dekoracji
Liście buraków	do dekoracji
Koperk świeży	do dekoracji

## Sposób wykonania:

### Marynowany łosoś:

- Łososia natrzyj Esencją, posyp sosem sałatkowym koperkowym i posiekany koperkiem, a następnie potącz z solą oraz cukrem. Owiń folią i odstaw do lodówki na 12-24 godziny do zamarynowania.

### Buraki:

- Ugotowane buraki uformuj, potącz z octem, olejem i solą morską, odstaw do zamarynowania.
- Z surowych buraków przygotuj twisty i przetóż je na papier, by przeschnęły.

### Dekoracja:

- Cienkie plastry rzodkiewek wtóż do wody z lodem.
- Chleb tostowy rozwałkuj, wytnij małe krążki, a następnie upiecz w piecu.
- Majonez potącz z odrobiną marynaty od buraków, aby uzyskać buraczany smak i wygląd.

### Sposób podania:

- Łososia pokrój w plastry i razem z burakami przetóż na talerz.
- Całość udekoruj majonezem, liśćmi buraków, tostem, rzodkiewką i koperkiem. Danie skrop sosem od marynowania buraków.

Wszystko, co w burakach dobre, czyli składniki mineralne, rozpuszcza się w wodzie. Dlatego, poza przygotowaniem zup, lepiej unikać gotowania buraków. Najbardziej wartościowe są wtedy, gdy je upieczemy w skórce i obierzemy dopiero przed podaniem. Z kolei surowy sok z tego popularnego warzywa to propozycja dla tych, którzy chcą w pełni skorzystać z jego bogactwa. Dziś przedstawiam Wam ciekawą propozycję na użycie buraków w świątecznej odstonie.



### Polecany produkt:

Majonez do dekoracji  
Hellmann's 3 L



# Pierś z kaczki z sałatką z pieczonych buraków i brukselki z dressingiem malinowym

## Składniki na 10 porcji:

### Mięso:

Pierś z kaczki 5 szt.  
Sól morską do smaku

### Buraki:

Buraki 5 szt.  
Masto 0,100 kg  
Tymianek suszony 0,002 kg  
Cukier, sól do smaku

### Dressing malinowy:

Sos sałatkowy grecki Knorr 0,050 kg  
Syrup malinowy 0,150 l  
Woda mineralna 0,100 l  
Oliwa z oliwek 0,100 l

### Sposób podania:

Brukselka 0,300 kg  
Skórka z pomarańczy do dekoracji

## Sposób wykonania:

### Mięso:

• Pierś z kaczki natnij, dopraw solą morską i odstaw do lodówki na minimum 12 godzin.

### Buraki:

• Umyte buraki ze skórką oprószyć solą, cukrem i tymiankiem, polej roztopionym masłem i zawiń w folię aluminiową. Piecz do miękkości w piecu nagrzanym do 170°C. Zimne buraki obierz ze skórki i pokrój.

### Dressing malinowy:

• Wszystkie składniki dressingu wymieszaj i przecedź przez drobne sito, aby powstał gładki sos.

### Sposób podania:

• Na rozgrzaną patelnię włóż kaczkę od strony skóry, smaż do pożądanego stopnia wysmażenia, dodając pod koniec masło, aby mięso się zarumieniło. Przed wyporcjowaniem przetóż mięso na czysty ręcznik papierowy, aby odpoczęło.  
• Na talerzu utóż wyporcjowaną kaczkę, buraki, całość polej dressingiem malinowym. Udekoruj ugotowaną brukselką i posyp skórką z pomarańczy.



Wszystkim Szefom Kuchni składam serdeczne życzenia zdrowych i radosnych świąt Bożego Narodzenia oraz pomyślności w nowym roku.

### Tomasz Grabski

Główny Szef Kuchni  
Unilever Food Solutions  
Europa Północno-Wschodnia

### Polecany produkt:

Sos sałatkowy grecki Knorr 0,7 kg

