



ТРЕСКА С МИНДАЛЕМ И ЖАРЕНЫМ КАРТОФЕЛЕМ

ИНГРЕДИЕНТЫ МИНДАЛЬНАЯ НАЧИНКА

- 2 зубчика чеснока – мелко нарубить
- половина небольшой красной луковицы – мелко нарезать кубиками
- 3 ст. л. оливкового масла
- 300 г цельнозернового хлеба – нарезать кубиками по 1-2 см
- 2 ст. л. шнитт-лука – мелко нарезать
- ½ ч. л. молотого перца
- 3 ст. л. сушеного эстрагона (или укропа, или базилика)
- 60 г сливочного масла – растопить
- 30-50 мл теплой воды
- 60 г миндаля – мелко нарубить и обжарить

РЫБА

- 4 филе трески
- 8-10 полосок бекона (по желанию)
- Соль, лимон для украшения

ЖАРЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ

- 680 г молодого картофеля – разрезать пополам
- 1 ч. л. лукового порошка
- 1 ч. л. чесночного порошка
- 3-4 щепотки соли
- 2 ст. л. несоленого сливочного масла
- 1 ст. л. оливкового масла
- 250 мл холодной воды

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ МИНДАЛЬНАЯ НАЧИНКА

1. Обжарьте лук и чеснок в оливковом масле. Не нужно их жарить до золотистого цвета – они должны лишь слегка размякнуть. Перемешайте лук и чеснок с остальными ингредиентами для начинки.

РЫБА

1. Промойте филе трески под холодной водой и промокните их бумажными полотенцами.
2. Распределите начинку равномерно по каждому филе трески, оставив снизу 2 см.
3. Сверните филе в рулетики и зафиксируйте рулетики зубочисткой, если нужно. По желанию возьмите полоски бекона и плотно оберните их вокруг рулетиков.
4. Поместите свернутые рулетики из трески в 12-дюймовую сковороду iCook с антипригарным покрытием. Расстояние между рулетиками должно составлять 1-2 см.
5. Обжарьте рулетики с каждой стороны по 8-12 минут.

ЖАРЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ

1. Поместите картофель в 4-литровую пароварку iCook, залейте 250 мл холодной воды и варите 15 минут. Слейте воду и отложите картофель в сторону.
2. Нагрейте 10-дюймовую сковороду iCook с антипригарным покрытием на среднем огне и выложите в нее сливочное и оливковое масло. Когда масло нагреется, выложите в сковороду молодой картофель.
3. Посыпьте картофель луковым и чесночным порошком, осторожно перемешайте и жарьте на среднем огне, пока порошок не потемнеет и не затвердеет.
4. Посолите и поперчите по вкусу. Перед подачей на стол дайте блюду остыть в течение 15 минут.