

ΣΟΥΠΑ ΣΟΛΟΜΟΥ ΚΑΙ ΚΟΥΝΟΥΠΙΔΙ ΜΕ ΛΕΜΟΝΙ ΚΑΙ ΒΟΥΤΥΡΟ - 2 ΣΕ 1



Κατηγορία: Κυρίως πιάτα με ψάρι κρέας

Δημιουργήθηκε στις
2024-09-16

Εγκρίθηκε από Supercook SG
Προτάθηκε από CerCad

Ο συνολικός χρόνος
προετοιμασίας: 36:17 Λεπτά

Suitable for article:

- Supercook SC350
- Supercook SC400

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ 4 ΔΟΣΕΙΣ

| | |
|------------------------------|---|
| 500 Γραμμάρια | Φιλέτα Σολομού, περίπου 1-3 κομμάτια με δέρμα |
| 0.25 Κουταλάκι γλυκού | Αλάτι |
| 3 Σκελίδα σκόρδου | σκόρδο |
| 1.5 Κουτάλι σούπας | Μέλι |
| 1.5 Κουτάλι σούπας | Χυμός λεμονιού |
| 1 Κομμάτι | Λεμόνι, κομμένο σε λεπτές φέτες |
| 1 Κουτάλι σούπας | Φρέσκο μαϊντανό, κομμένο |
| 3 Πρέζα | Πιπέρι Καγιέν |
| 50 Γραμμάρια | βούτυρο |
| 300 Γραμμάρια | Φρέσκα Κουνουπίδια |
| 80 Γραμμάρια | Κίτρινο Κρεμμύδι, κομμένο σε τέταρτα |
| 25 Γραμμάρια | Βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου |
| 100 Γραμμάρια | Πατάτες, κομμένες σε κύβους |
| 10 Γραμμάρια | Κύβοι Κοτόπουλο / Λαχανικών |
| 700 Γραμμάρια | νερό |
| 0.5 Κουταλάκι γλυκού | Αλάτι |

105 Προετοιμασία Αλφρέδο Σάλτσας με Φρέσκο Βούτυρο και Ξύδι ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΒΗΜΑ ΠΡΟΣ ΒΗΜΑ

Για να δείτε την πλήρη συνταγή, παρακαλώ [συνδεθείτε στο](#) .

ΕΡΓΑΛΕΙΟ



Μαχίρι ανάμιξης
(αιχμηρό)



σπάτουλα



Vapore



Κύπελλο μέτρησης