



Păstrăv la cuptor cu sos

Steps: 10

Difficulty Grad:

Ingredients

Portions

4	păstrăvi eviscerați	50 g	unt (plus o bucată pentru uns tava)
	Sare		piper
500 g	ciuperci brune	3	cepe roșii
300 ml	smântână de gătit	200 ml	supă de pui
200 ml	vin alb sec	1 lingură	coniac
2 linguri	muștar cu boabe		

Instructions

Rețeta de mai jos pune în evidență gustul delicat al păstrăvului, servit cu un sos cremos de ciuperci cu smântână. Ca toate rețetele pe bază de pește, se prepară ușor și rapid.

Pasul 1. Clătește păstrăvul în apă rece, apoi usucă-l cu prosoape de hârtie.

Pasul 2. Preîncălzește cuptorul la 210°C.

Pasul 3. Unge un vas cu unt.

Pasul 4. Curăță și toacă ceapa și ciupercile și călește-le timp de 2-3 minute, la foc mic, într-o cratiță, cu 30 g de unt.

Pasul 5. Mărește focul, toarnă vinul alb și lasă la fiert până ce sosul se reduce cu o treime.

Pasul 6. Adaugă supa de pui, gătește 5 minute la foc mai mic, apoi pune smântâna.

Pasul 7. Lasă la fiert până ce sosul se îngroașă și îmbracă lingura. Ia de pe foc, adaugă muștarul și coniacul, sare și piper după gust.

Pasul 8. Păstrează sosul într-un loc cald.

Pasul 9. Pune peștele, pudrat cu sare și piper proaspăt râșnit, în tava unsă cu unt.

Pasul 10. Distribuie restul de unt tăiat în bucăți mici peste pește, pune tava la cuptor și coace timp de 10-12 minute.

Scoate peștele pe un platou, acoperă cu sosul fierbinte și servește.

Autor: Teo Dinescu

Mai multe rețete de la acest autor

Vezi mai multe rețete si sfaturi utile din aceasta categorie:

Păstrăv la cuptor cu sos

Stand 14.11.2023