

Pastrav in sos delicat de unt

Pastrav in sos delicat de unt

Ingrediente :

4 felii de piine alba, 250 g unt, 2 lamii, 1 legatura de patrunjel, 4 pastravi proaspeti, cu tot cu cap, 4 linguri ulei de masline, 200 ml vin alb sec

Preparare :

Se taie coaja feliilor de piine, se taie miezul in cuburi de 1 cm. Se incing la foc mijlociul 200 g unt si se prajesc cubuletele de piine. Se scot, se lasa la scurs pe un prosop de bucatarie. Untul se strecoara si se pastreaza. Se spala cu apa fierbinte o lamiie si se taie subtire coaja (fara partea alba). Se taie coaja in fisii fine. Se cojesc ambele lamii, pina la miez. Se taie miezul pestisori. Se curata de intestine si se spala pastravii sub jet de apa. Se tamponeaza cu un prosop de bucatarie. Se sareaza si se pipereaza pe interior si pe exterior. Pe una din parti se cresteaza pastravii pe alocuri, cam de 1 cm adincime. Restul de unt (50 g) se introduce, fulgi, in crapaturile pastravilor. Se aseaza pastravii intr-o forma termorezistenta, se toarna in jur uleiul si vinul. Se dau la cuptorul preincins la 200 grade Celsius, pe raftul al doilea de jos, 20-25 de minute. Se incinge untul ramas de la cubuletele de piine. Se reintroduc cuburile, se adauga pestisorii de lamiie si patrunjelul tocat fin. Se repartizeaza pastravii pe farfurii si se stropesc cu sosul de unt. Se servesc decorati cu feliile de coaja de lamiie. Ca si garnitura se potrivesc foarte bine cartofii natur sau o garnitura de

fasole verde.