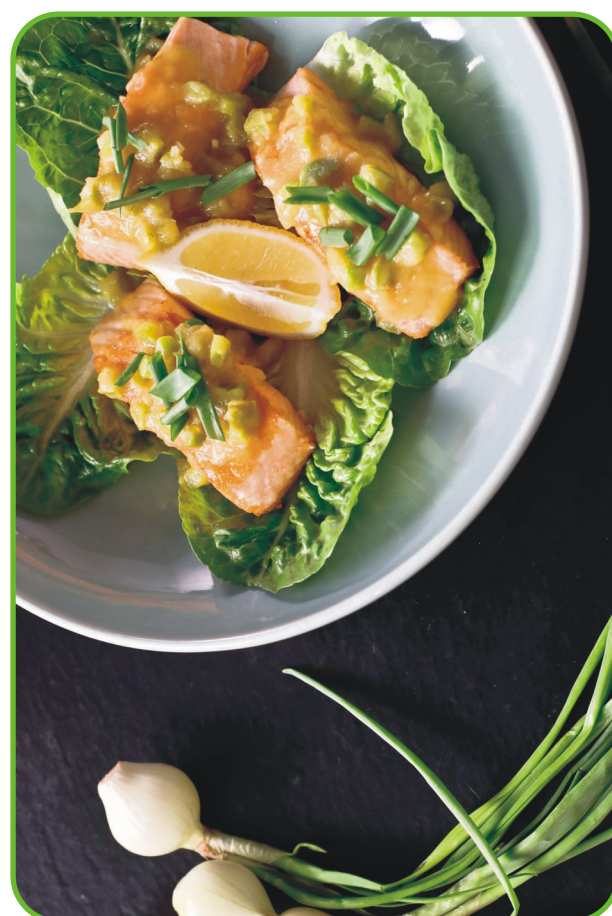


ŁOSOŚ Z SALSA Z ANANASA, SZALOTKI I PAPRYKI

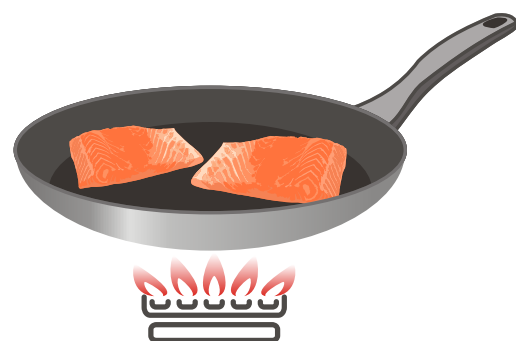
Składniki na 2 porcje:

- 150 g łososia
- 40 ml oliwy
- 50 g posiekanej szalotki
- 1 zielona papryka poszatkowana
- kilka listków sałaty rzymskiej
- 100 g przecieru z ananasa



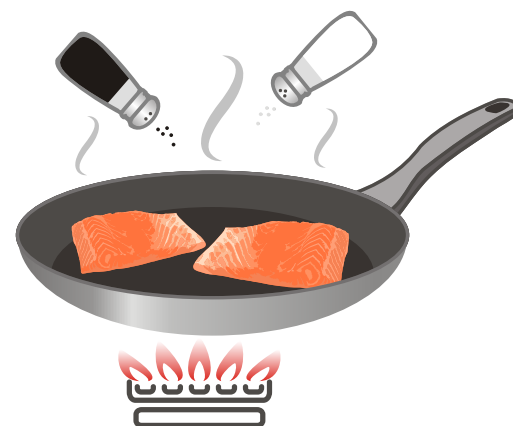
SPOSÓB WYKONANIA:

1



Łososia smażyć na patelni ok. 8 min.

2



Doprawić pieprzem i solą.

3



Na osobnej patelni podgrzać oliwę.

4



Podsmażyć paprykę i szalotkę, pokrojone w drobne kawałki.

5



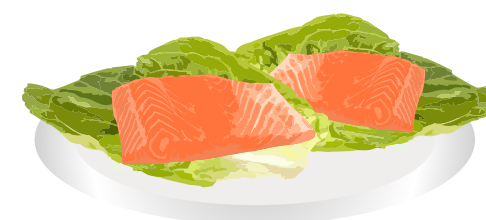
Dodać przecier z ananasa i smażyć jeszcze minutę.

6



Na dużym talerzu położyć umyte listki sałaty.

7



Ułożyć na nich kawałki łososia.

8



Całość poleć salsą z ananasa.

Wartości odżywcze:

100 g
79 kcal

1 porcja
219 kcal

Gotowe danie spożyć w przeciągu 24 h.

Otwartą saszetkę PURENA przechowywać w lodówce przez 7 dni.