

Potaž, mladi krompirići i orada sa sremušem

Pečeni mladi krompir sa sremušem

800 g mladog krompira
4 kašike suncokretovog ulja
1 kašika jabukovog sirćeta
1 kašika dižon senfa
1 veza peršuna
2 kašike kapra
100 g sremuša
1 kašičica morske soli

Način pripreme

Mladi krompir kuvati u ključaloj vodi 15 minuta. Prebaciti ga u pleh podmazan uljem i začiniti krompir morskom solju. Peći u zagrejanj rerni na 180°C 45 minuta. Sremuš grubo iseckati i prabaciti ga u veću posudu. U posudu dodati i iseckan kapar, peršun i dižon senf. Na kraju dodati pečen krompir i promešati. Začiniti jabukovim sirćetom i morskom solju.

Pikantna orada sa sremušem, mladim lukom i čilijem

1 orada
½ glavice crnog luka
1 veza sremuša
2 limuna
2 mlada luka
2 čili papirike
4 kašike mediteran ulja
½ kašičice himalajske soli
1 kašika ulja sa ukusom belog luka

Način pripreme

Na gril tiganju početi sa grilovanjem povrća i limuna. Jedan limun iseći na pola i staviti ga na zagrejan tiganj. Čili i mladi luk seći na trake po dužini i grilovati zajedno sa limunom. Kad se sve zapeče skloniti sa strane. Drugi limun iseći na kriške, luk iseći na deblja rebarca i sremuš grubo iseći. Očišćenu oradu zarezati sa strane kože i napuniti iznutra limunom, lukom i sremušem i peći na tiganju na koji se prethodno doda mediteran ulje. Dok se riba peče začiniti himalajskom solju i peći po 8 minuta sa obe strane. Grilovano povrće preliti uljem sa ukusom belog luka i sokom zapečenog limuna. Servirati zajedno sa oradom i salatam sa pečenim krompirom i sremušem.



Potaž od sremuša i koprive

- 1 kašika suncokretovog ulja
- 1 glavica crnog luka
- 1 praziluk
- 2 štapića celera
- 1 šargarepa
- 2 krompira
- 1 l vode
- 300 g koprive
- 200 g sremuša
- 3 kašike bademovog mleka
- 2 kašičice morske soli
- 1 kašičica mediteranske mešavine
- 1 kašičica biber šarene mešavine
- 1 limun
- 1 kašičica sode bikarbone

Način pripreme

U šerpi zagrejati ulje i dodati sitno iseckan crni luk i praziluk, pa dinstati sa malo vode. Potom dodati iseckan celer i šargarepu. Kad malo omekša dodati i krompir isečen na kocke. Začiniti solju, biberom i mediteranskom mešavinom. Naliti šerpu vodom i ostaviti da proključa. Kada proključa poklopiti i ostaviti na tihoj vatri da se lagano kuva. Deset minuta pred kraj dodati koprivu, sok od limuna i malo sode bikarbone. Ponovo poklopiti i nakon 5 minuta dodati i sremuš zajedno sa još malo soka od limuna i sode bikarbone. Prokuvati sve zajedno još 5 minuta i izblendati štapnim mikserom. Po potrebi još malo začiniti morskom solju i servirati.