

Pieczony łosoś z salsą z avocado i grejpfruta

Składniki:

- 4 filety z łososia (po około 200 g)
- 3-4 łyżki oliwy z oliwek
- chili w proszku
- 1 duży czerwony grejpfrut
- 2 dojrzałe avocado
- 1 czerwona cebula
- 1 świeże chili
- sok z 1 ½ limonki
- sól morską i biały pieprz
- liście pietruszki do dekoracji



Przygotowanie:

- Piekarnik rozgrzać do 180°C. Łososia przełożyć do żaroodpornego naczynia, posmarować oliwą z oliwek, posypać solą morską i sporą ilością papryczki chili. Wstawić do piekarnika na około 20 minut.
- Avocado przekroić wzdłuż na pół, usunąć pestkę i za pomocą łyżki wydrążyć środek. Wydrążone avocado pokroić w grubą kostkę i skropić obficie sokiem z 1 limonki. Cebulę obrać i posiekać w kostkę. Papryczkę chili przekroić wzdłuż na pół, usunąć środek i posiekać.
- Grejpfruta obrać za pomocą ostrego noża. Odciąć skórkę razem z białym rdzeniem, następnie nacinać przy błonach, tak aby otrzymać plastry miększu. Z odciętej skóry i błony wycisnąć resztki soku grejpfruta.
- Plastry grejpfruta delikatnie wymieszać z avocado, cebulą i papryczką chili. Całość doprawić solą morską i papryczką chili w proszku. Uważać aby nie przesadzić z ilością chili, ponieważ upieczony łosoś będzie ostry.
- Gotową salsę rozłożyć na talerzu, na wierzchu umieścić upieczonego łososia. Skropić sokiem z limonki i udekorować listkami pietruszki.