



Złoty sandacz w maśle rozmarynowym z purée i karmelizowanymi pomidorkami

15 lutego 2013

Sobota jest najlepszym dniem na eksperymenty kulinarne. Jest wtedy czas, żeby uzgodnić, na co mamy ochotę, kupić składniki i przygotować danie. Takie rozkoszowanie się gotowaniem sprawia nam ogromną przyjemność. A jeżeli danie nie wyjdzie, to zawsze możemy zamówić pizzę. Tym razem obyło się bez pizzy - złoty sandacz w rozmarynie z purée i pomidorkami smakował zaskakująco dobrze. Poszczególne smaki ciekawie się skomponowały, więc po drugim gotowaniu (pierwsze jest na próbę, drugie, jeżeli udane, na bloga) postanowiliśmy podzielić się przepisem.

Składniki na 2 porcje:

Sandacz:

- 2 filety z sandacza ze skórą, po 120-150 g każdy
- 2 łyżki mąki pszennej
- 1 łyżka masła
- oliwa z oliwek
- 4 gałązki rozmarynu
- sól & pieprz

Purée z ziemniaków:

- 3 duże ziemniaki
- 1 łyżka masła
- 1/2 szklanki ciepłego mleka
- sól

Karmelizowane pomidorki:

- 10 pomidorków koktajlowych
- 2 łyżki octu balsamicznego
- 1 łyżka cukru
- 1 łyżeczka masła

Przygotowanie:

1. Zaczynamy od przygotowania ziemniaków. Najlepiej na purée nadają się odmiany ziemniaków zawierające dużo skrobiu takie jak bryza, różki bamberskie, irena lub lawina. Taki ziemniak po rozkrojeniu na pół i potarciu połówek o siebie będzie się kleić - to znaczy, że jest wystarczająco mączysty na purée. Możemy też użyć odmian uniwersalnych takich jak kalina, irys, irga czy alma. Ziemniaki obieramy, myjemy, kroimy na mniejsze części i gotujemy.
2. Sandacza od strony skóry będziemy rumienić na złoto. Przygotowanie ryby zaczynamy od jej wyfiletowania i dokładnego usunięcia łusek i ości. Następnie myjemy filety i suszymy na ręczniku papierowym.
3. Kroimy sandacza w poprzek na porcje szerokości około 5cm. Solimy i pieprzymy każdą część z obu stron, a od strony

skóry obtaczamy go w mące.

4. Wlewamy na patelnię oliwę i kładziemy rybę na zimnym tłuszczu skórą do dołu. Smażymy do momentu, gdy skórka jest rumiana.
5. Odwracamy rybę na drugą stronę, dodajemy na patelnię masło i rozmaryn. Dosmażamy rybę na średnim ogniu. Sandacz jest gotowy.
6. Wlewamy do rondla ocet balsamiczny, dodajemy cukier i masło. Podgrzewamy i mieszamy składniki aż do osiągnięcia konsystencji syropu.
7. Umyte i osuszone pomidory dodajemy do syropu i delikatnie mieszając gotujemy je przez około 7-8 minut, aż ich skórka zacznie pękać, a pomidory oblepią się sosem.
8. Ugotowane i odsączone ziemniaki rozgniatamy tłuczkiem do ziemniaków, dodajemy mleko i ponownie ubijamy je tłuczkiem. Gdy osiągną gładką konsystencję purée solimy i dodajemy do nich masło.