

Морской черт в томатном соусе с поджаренным маковым хлебом



Время приготовления: 25 min.

Степень сложности: Средний

Ингредиенты (4-х человек)

• Ингредиенты

- Мякоть томатов в кубиках 1000g 400 г
- Вымоченные от соли каперсы 80 г
- Игристое вино 1 стакан
- Маковый хлеб 8 ломтиков
- Оливковое масло 20 г
- Очищенный морской черт 400 г
- Перец по вкусу
- Семена мака 10 г
- Соль по вкусу
- Чеснок 1 зубчик

Для этого рецепта мы использовали:



Приготовление

1. В сковороде с антипригарным покрытием разогрейте чуть-чуть оливкового масла первого холодного отжима с зубчиком чеснока и обжарьте ломтики очищенной рыбы со всех сторон.
2. Добавьте каперсы и семена мака.
3. Влейте стакан игристого вина и дайте ему выпариться.
4. Добавьте **Мякоть томатов в кубиках Pomì** и готовьте в течение 15 минут.
5. В глубокую тарелку с большим количеством соуса выложите рыбу с 2 ломтиками макового хлеба, поджаренного на сковороде или в духовке.
6. Блюдо готово, подавайте на стол.