

TRUTA SALMONADA COM MOLHO VERDE



CONFEÇÃO

1. Coza o filete de truta salmonada ao vapor ou num caldo.
2. Lave e pique grosseiramente os espinafres, as azedas e as ervas. Coloque na taça com a lâmina picadora juntamente com o caldo de legumes. Seleccione o programa para molhos na velocidade 4 a 90 °C durante 8 min.
3. Quando as ervas estiverem cozidas, junte as natas, a manteiga e tempere com sal. Volte a seleccionar o programa para molhos na velocidade 8 a 95 °C durante 8 min.
4. Sirva quente sobre a truta.

INGREDIENTES

- 1 KG FILETE DE TRUTA SALMONADA
- 100 G ESPINAFRES
- 100 G AZEDAS
- 20 G SALSA
- 20 G ESTRAGÃO
- 10 G SALVA
- 10 G HORTELÃ
- 10 CL CALDO DE LEGUMES
- 25 G MANTEIGA
- 10 CL NATAS
- SAL
- PIMENTA