



całość (4 porcje) 984 kcal  
1 porcja 246 kcal

## Świąteczny łosoś w galarecie

### Składniki:

400 g łososia surowego  
1 sztuka dużej cebuli  
60 g groszku zielonego konserwowego  
4 sztuki średniej marchwi  
2 sztuki pietruszki (korzeń)  
½ sztuki selera (korzeń)  
1 łyżeczka pietruszki (liście)  
1 sztuka pora  
4 g (łyżeczka) ziela angielskiego  
1 łyżeczka soli  
4 g (3 liście) liści laurowych  
1 łyżeczka pieprzu czarnego mielonego

### Sposób przygotowania:

Rybę umyć i osuszyć. Włoszczyznę obrać, wypłukać i włożyć do wrzącej wody, dodać liście laurowe i przyprawy. Cebulę obrać i przypiec na ogniu, następnie wrzucić do wywaru. Ugotowany wywar przecedzić, doprawić do smaku, włożyć rybę i gotować na małym ogniu 15-20 minut. Po tym czasie rybę delikatnie wyjąć i ułożyć na półmisku. Posypać pokrojoną marchewką z wywaru oraz groszkiem i natką pietruszki. W gorącym wywarze rozpuścić żelatynę (według przepisu na opakowaniu), przestudzić i zalać rybę. Wstawić do lodówki. Podawać z sokiem z cytryny.



POTRAWA  
BEZMLECZNA



POTRAWA  
BEZ JAJEK



POTRAWA  
BEZ SOLI



POTRAWA  
BEZ KUKURYDZY



POTRAWA  
BEZ DROZDZY



POTRAWA  
BEZ TŁUSZCZY TRANS



POTRAWA  
BEZ ORZECHÓW



POTRAWA  
WEGETARIANSKA



POTRAWA  
BEZ CUKRU