KIKKOMAN

Łososiowe spaghetti al cartoccio

Czas ogółem **30 min** **30 min** Czas przygotowania

Wartości odżywcze (na porcję)
2.284 kJ / 545 kcal

Tłuszcz: **13 g** Białko: **44 g**
Węglowodany: **59 g**

SKŁADNIKI

4 porcj(e/i)

4	filety z łososia bez skórki
300 g	spaghetti
100 g	crème fraîche
25 ml	Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman
200 g	mrożonego groszku
0,5 łyżeczki	łyżeczka suszonych ziół prowansalskich
	starta skórka z jednej cytryny

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

Piekarnik rozgrzać do temperatury 200°C. Przyciąć 4 arkusze papieru do pieczenia, tak aby każdy miał wymiar 30 × 45 cm. W miseczce wymieszać razem naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman, crème fraîche, startą skórkę cytryny i połowę ziół. W dużym garnku zagotować wodę, posolić, a następnie włożyć spaghetti i podgotować przez 5 minut (makaron dojdzie w piekarniku). Odcedzić makaron, zachowując 100 ml użytej do gotowania wody.

Przełożyć spaghetti i mrożony groszek do dużej patelni, podlać wodą z gotowania i dodać mieszankę przypraw i crème fraîche. Zawarta w wodzie skrobia sprawi, że sos lepiej połączy się z makaronem. Spaghetti rozłożyć na czterech arkuszach papieru pergaminowego, na makaronie ułożyć filety z łososia i posypać pozostałymi ziołami. Spaghetti i łososia dokładnie zawinąć w papier do pieczenia, tak aby para nie mogła wydostać się na zewnątrz (zachęcamy do obejrzenia filmu prezentującego sposób przyrządzania potraw „en papillote", czyli w pergaminie). Gotowe paczuszki ułożyć na blasze i piec w piekarniku przez 12 minut. Natychmiast podawać. Paczuszki z łososiowym spaghetti otwieramy dopiero na talerzu.