

## ФИЛЕ ЛОСОСЯ СО СТЕКЛЯННОЙ ЛАПШОЙ И КУНЖУТНЫМ СОУСОМ



 35 минут

 162 ккал; БЖУ 9/6/16 (на 100 г)

 420 г (каждая порция)

### **Ингредиенты:**

филе лосося, лапша стеклянная, чили, кунжутный соус, цукини, кунжут черный, зелень, тимьян.

 Предварительно разморозьте филе лосося

## КЛАССИК-МЕНЮ



Разогрейте духовку до 170° С. Нарежьте рыбу на равные куски. Переложите в форму для запекания, полейте ложкой оливкового масла, добавьте веточку розмарина. Запекайте в разогретой духовке 10-12 минут.



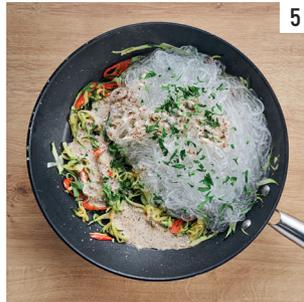
Цукини нарежьте тонкой соломкой, чили – кружочками.



В кипящую подсоленную воду опустите лапшу, варите 3-5 минут до полуготовности.



На сковороде с растительным маслом слегка обжарьте цукини с чили 2-3 минуты.



Добавьте готовую отцеженную лапшу и кунжутный соус.



Выложите готовую рыбу на стеклянную лапшу и подавайте к столу.