

Brancin u soli sa šarenim paprom, ružmarinom i ciklom i salata od boba i komorača

 NAČIN PRIPREME
Jednostvna priprema

 VRIJEME PRIPREME
> 60 min

 BROJ NAMIRNICA
14

Sastojci

4 brancina porcijaša ili 2 malo veća brancina od 800 g
2 kg krupne morske soli
3 bjelanjka
prstohvat šarenog papra u zrnu
2 graničice ružmarina
2 cikle
250 g smrznutog boba
1 komorač
1 limun
velika žlica vinske kvasine
maslinovo ulje
1 luk šalotnjak
sol
papar

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici



Recept by chef Melkior Bašić.

Brancine očistimo od ljuski i utrobe, dobro ih isperemo i posušimo kuhinjskim ubrusima. Stavimo ih na papir za pečenje u duboki pleh.

Bjelanjke istučemo u snijeg. Pomiješamo s krupnom soli, dodamo šareni papar, natrgani ružmarin i fino naribanu ciklu. Ovom smjesom soli premažemo brancine i stavimo u pećnicu na 200 °C. Pečemo oko 45 minuta do sat vremena, ovisno o veličini ribe.

Nakon pečenja, pustimo sve da kratko odstoji. Batom za meso razbijemo oklop od soli, izvadimo ribu i poslužimo je. Kožu ne konzumiramo jer će biti preslana, samo bijelo sočno meso brancina kojega pošćkropimo s par kapi maslinova ulja i limuna.

Bob kratko blanširamo, da se ljuska počne odvajati. Ohladimo u ledenoj vodi i očistimo od ljuske. Očišćenom bobu dodamo na kockice narezan luk šalotnjak i komorač. Začinimo soli, paprom, sokom limuna, kvasinom i maslinovim uljem. U salatu dodamo sjeckani zeleni dio komorača. Salatu poslužimo uz ribu u soli.

Dobar tek!