

烟熏沙丁鱼配伊西尼黄油, 粗粮米饼碎和莼萝油

由主厨法比奥(Fabio Falanga)制作

份量:4人份 准备时间:15分钟 烹饪时间:15分钟

食材

200 g	沙丁鱼罐头		拉脱维亚
100 ml	沿德拉瓦河产区葡萄酒	PDO	斯洛文尼亚
150 g	伊西尼黄油	PDO	法国
100 ml	埃斯特巴(特级初榨橄榄油)	PDO	西班牙
100 g	粗粮米饼		保加利亚
调味	帕格盐	PDO	克罗地亚
50 g	葱		
50 g	口蘑		
1 L	鱼汤		
300 ml	奶油		
100 g	莼萝		
调味	青柠		

准备工作

白黄油酱汁

1. 将白葡萄酒、蘑菇丁和青葱粒放入中火调小至干
2. 加入奶油和鱼高汤,继续减至250毫升
3. 过筛,然后加入切好的冷黄油,搅拌至酱汁完全乳化,然后加入青柠汁和盐调味,保温备用

莼萝油

1. 将莼萝放入沸水中焯几秒钟,然后放入冰水中
2. 将莼萝晾干并切碎,然后加入橄榄油,搅拌至顺滑
3. 用奶酪布滤出油后备用

粗粮米饼碎

1. 把粗粮米饼放在搅拌机中加工几秒后称出,加盐调味

摆盘

1. 把白黄油酱汁倒在盘子中间
2. 放2片烟熏沙丁鱼
3. 用勺子把一些粗粮米饼碎撒在沙丁鱼上面
4. 用莼萝油和新鲜香草装饰



欧洲联盟



享味欧洲