



Состав:

(на 2 порции)

450-500 г филе семги

2-3 ломтика лимона

перец черный молотый

перец белый молотый

соль

Рецепт жареного филе семги:

Филе семги промыть, удалить чешую, затем еще раз тщательно промыть и немного обсушить. Подготовленную таким образом семгу разрезать на порционные куски, посолить и посыпать черным и белым молотым перцем (можно воспользоваться приправой «Смесь из четырех перцев», включающей в себя черный, белый, розовый и зеленый перец – так семга получится еще более ароматной).

Филе семги обжарить на сковороде в растительном масле (примерно по 3-4 минуты с каждой стороны) до румяной корочки.

Подавать на стол с ломтиками лимона, соком которого следует полить семгу перед едой.

Приятного аппетита!