



Filet z Karpia w Makach podany na royal warzywnym z limonkowym sosem

Składniki:

Karp filet 3szt
Mak czarny 0,5kg
Cytryna 3szt
Limonka 3szt
Pieprz czerwony 0,5g
Sól, pieprz
Czosnek 1 główka
Mieszanka warzyw bukiet królewski 1kg
Śmietana 2l
Jaja 10szt
Miód do smaku
tymianek 1x doniczka
ser lazur 3x 100g
płatki róży
Bułka tarta 300g
Masło 200g
szalotka 3szt
parmezan 100g

Sposób wykonania:

Filet z karpia zamarynuj w czerwonym pieprzu , szalotce , oliwie,tymianku , dopraw do smaku solą i pieprzem.

Mak prażyć na suchej patelni ,

Warzywa doprawić czosnkiem , solą , pieprzem oraz kwiatami róży , do śmietany dodać sól pieprz 10 jaj oraz parmezan wymieszać tak aby nie powstała piana . Foremkę wysmarować masłem wyłożyć papierem do pieczenia warzywa zalać na foremce śmietaną i piec w piecu na 165C około 45min.

Karpia opanieruj w maku , piecz w piekarniku na 165C około 15minut.

Sos: tartą skórkę z limonki i cytryny dodaj do śmietany razem z sokiem z obu owoców odparuj dopraw do smaku solą i pieprzem i szafranem.