



Волшебные лодочки с лососем



Ингредиенты

◦ Белая фасоль	1 банка (400г)
◦ Филе лосося	2 кг
◦ Цукини	4 шт.
◦ Морковь	8 шт.
◦ Фенхель	4 шт.
◦ Помидоры черри	500 г
◦ Масло оливковое	по вкусу
◦ Свежая петрушка	1 пучок
◦ Соль	по вкусу

Способ приготовления:



35 мин



20 порции



118 ккал

1. Морковь нарежьте кубиками, черри — пополам, фенхель — полосками, цукини — кружочками. Смешайте овощи с фасолью Bonduelle и мелко рубленной петрушкой.

2. Лосось нарежьте кубиками.

3. Разогрейте духовку до 200 градусов.

4. На бумагу для запекания выложите овощи и лосось. Посолите, поперчите, полейте оливковым маслом и заверните края бумаги в виде лодочки.

5. Отправьте лодочки в духовку на 20 минут.



Совет

Если хотите большей красоты, нарежьте цукини фигурно. Сначала разрежьте кабачок вдоль пополам и удалите семена столовой ложкой. Затем — кусочками толщиной 5 мм под 45 градусов.

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>