

Poparen losos i špargla



težina: **lako**

za: **2 osoba**

vreme pripreme: **40 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **6 odrezaka** filea lososa isecen
- **mala veza** špargle
- **500 ml** vode
- **50 ml** belog vina
- **2 drobljena** cena belog luka
- kora od pola limuna

Priprema

Riba je bitan deo zdrave dijeta i lako se kuva. Ovaj jednostavan recept možete spremiti koristeći vaš stimer (aparat za kuvanje na pari), ili u **Kenwood-ovom kuhinjskom ureaju KM070**.

Izmiksati zajedno belo vino, beli luk i koru od limuna. Utrljati ribu u pripremljeni miks. Ako imate vremena, možete ostaviti da odstoji 30 minuta ili više.

Pripremiti **Kenwood-ov stimer** stavljanjem plasticnog prstena na njega koji služi za potporu i raširiti rucke koje ga drže.

Sipati vodu u **Kenwood-ovu posudu** i postaviti ribu i šparglu na poslužavnik stimer. Postaviti stimer na svoju poziciju.

Postaviti zaštitu od toplote i zatvoriti **Kenwood-ov mikser**.

Postaviti temperaturu na 110 C i postaviti na brzinu 3. Postaviti vreme rada na 15 minuta i nakon toga postaviti zaštitu od prskanja.

Servirati.

Savet