



Flądra w sosie cytrusowym

Autor: najlepszewkuchni.pl

Popisowe danie i niezbyt trudne w wykonaniu. Rozkosz dla podniebienia. Spodoba się zarówno wyrafinowanym smakoszom, jak i prostym konsumentom. Polecana na niedzielny obiad lub przyjęcie dla przyjaciół.

Przygotowanie

Krok 1

Filety z flądry płuczemy, suszymy, skrapiamy sokiem z cytryny i pozostawiamy w chłodnym miejscu na 10 minut.

Krok 2

Pomarańczę i mandarynki dokładnie oczyszczamy z białych pozostałości spod skórki (dają goryczkę). Sok i cząstki pomarańczy oraz mandarynek podgrzewamy na wolnym ogniu ok. 10 min.

Krok 3

Żółtko roztrzepujemy z wodą. Rozpuszczamy masło i studzimy. Łączymy z wcześniej przygotowanymi żółtkami z wodą. Wlewamy do soku i podgrzewamy ciągle mieszając, aż masa zgęstnieje.

Krok 4

Piekarnik nastawiamy na 150°C. Do naczynia żaroodpornego przekładamy filety flądry, solimy je i posypujemy cayenne. Następnie polewamy sosem cytrusowym. Dusimy pod przykryciem w piekarniku, w niewysokiej temperaturze ok. 30 min. Podajemy z cytryną, przyozdabiamy pietruszką.

Danie: **Obiad,**

Osób: **4**

Czas: **Powyżej 1h**

Poziom trudności: **Średnie**

Składniki:

8 filetów z flądry

2 żółtka

150 g masła Łaciate

3 łyżki wody

1 łyżka soli

1 łyżeczka pieprzu cayenne

sok z 1 cytryny

sok z 1 pomarańczy

sok z 1 mandarynki

1 obrana pomarańcza

2 obrane mandarynki

1 natka pietruszki