

Nopea uunilohi

"Tässä helppo ja nopsa resepti, joka on tosi hyvää!" Katso radio- ja tv-juontaja Annin Hautalan helppo lohiohje Annin Ruokakirjasta.



AINEKSET:

- lohifilee
- 1 sipuli
- 1/2 sitruunanmehu
- suolaa
- 1 pss pakastekatkarapuja
- 1 prk tuorejuustoa
- 1 prk smetanaa



RASVAINEN KALA



30-45 MIN

VALMISTUSOHJEET:

- 1** Laita uuni lämpenemään 200 asteeseen. Aseta lohifilee korkeareunaiseen uunivuokaan.
- 2** Silppua sipulit. Purista lohien päälle sitruunanmehu ja ripottele sen jälkeen suola.
- 3** Ripottele sipulisilppu ja jäiset ravut tasaisesti lohien päälle.
- 4** Tuorejuuston voit valita makusi mukaan, olen itse käyttänyt ruohosipuli- tai sienituorejuustoja. Tai sitten maustat smetanan esimerkiksi sitruunalla, tillillä, suolalla ja pippurilla. Sekoita smetana ja tuorejuusto keskenään ja kuorruta lohi.
- 5** Paista uunissa 25-40 minuuttia. Meidän perheessä kaikki pitävät mielummin kuivasta kuin mehevästä lohesta, joten meillä paistoaika on pitkä. Tarjoile perunan tai salaatin kanssa.



Resepti: Anni Hautala

Annin Ruokakirjan monipuolinen reseptikokoelma sisältää niin perinteisiä kotiruokia, nopeita ja terveellisiä arkiruokia, Annin perheen keustosuosikkiannoksia kuin suussasulavia jälkiruokia ja kakkujakin. Mukana on myös viinisuosituksia ja ihania cocktaileja. (Otava)