باستا السلمون مع صلصة كريمية بالثوم

باستا السلمون هذه مع صلصة الثوم القشدية والدسمة ، سريعة التحضير لذيذة ويمكن ان تكون وجبة سهلة وأنيقة ، جاهزة في 20 دقيقة!

هذه واحدة من تلك الأطباق التي يظهر مذاقها كمية الجهد الذي تم وضعه لتحضيرها ، ولكنها في الواقع سهلة بما فيه الكفاية للتحضير عندما تتضور جوعًا بعد يوم طويل من العمل. وأفضل جزء هو أنه يمكنك إنهاء زجاجة النبيذ أثناء طهيها. أنا فقط أمزح. نوعا ما.

يعتبر طبق معكرونة السلمون بالثوم الكريمي خيارًا جيدًا لاستضافة أحدهم وخاصة لعشاء رومنسي ، أو يمكنك مضاعفة الوصفة بسهولة (أو ثلاثة أضعاف) إذا كان لديك ضيوف للغداء دون إضافة الكثير من العمل الإضافي. أنا استخدم فيتوتشيني ، ولكن لا تتردد في استخدام المعكرونة المفضلة لديك.

إن تقديم سمك السلمون بسرعة يجعله لذيذًا للغاية. أنابيب الباستا الساخنة والزبدة والنبيذ الأبيض والقشدة وجبنة البارميزان تعني الطعم الشهي في وعاء. لا توجد مكونات فاخرة هنا ولكن ستحصل على نتائج جودة المطعم مقابل جزء صغير من السعر.

يمكنك تحضير هذه الوصفة بوقت يتراوح بين ال15 وال20 دقيقة.

(المكونات التالية تكفي لشخصين او ثلاثة. لا تتردد في مضاعفتها اذا كنت تطهي لكمية أكبر من الأشخاص).

المكوّنات:

4 أوقية فيتوتشيني أو المعكرونة الأخرى ، غير المطبوخ

1/2 رطل سمك سلمون طازج (بدون جلد)

مسحوق البصل ، حسب الذوق

الملح والفلفل حسب الذوق

1 ملعقة طعام زيت زيتون

1 ملعقة طعام زبدة

1/2 كوب نبيذ أبيض جاف

عصير من 1/2 ليمونة متوسطة (حوالي 1 ملعقة كبيرة)

3/4 كوب من كريمة الخفق الثقيلة

3 فصوص ثوم مفرومة

1/2 كوب جبن بارميزان مبشور طازج

1 ملعقة طعام طحين

1 ملعقة طعام بقدونس طازج ، مفروم

طريقة التحضير:

يغلى وعاء كبير من الماء المملح للمعكرونة. تطهى باستخدام توجيهات الحزمة حتى تصبح بحالة alente.

ابرش جبنة البارميزان وضعها جانبا. توضع البهارات على السلمون بشكل طفيف مع مسحوق البصل والملح والفلفل على كلا الجانبين.

يُضاف زيت الزيتون والزبدة إلى مقلاة على نار متوسطة عالية. عندما تصبح المقلاة ساخنة ، أضف السلمون. يُطهى سمك السلمون لبضع دقائق على كل جانب.

خذ السلمون من المقلاة واتركه جانبا. أضف النبيذ الأبيض وعصير الليمون والقشدة والثوم والبارميزان ، وكشط الجزء السفلي من المقلاة بحيث يتم دمج اللقم البنى في الصلصة.

أضف الدقيق ببطء إلى الصلصة مع التحريك لتجنب أي كتل.

أضف السلمون إلى الوعاء ثم قم بتقطيره بملعقة الطبخ حتى يكون في قطع صغيرة الحجم. امزجه بلطف مع الصلصة. يُطهى لمدة خمس دقائق إضافية أو حتى تنضج الصلصة ويُطهى سمك السلمون.

تُصفى المعكرونة وتُضاف إلى المقلاة ، إلى جانب ملعقة طعام واحدة من الماء الذي طهيت به المعكرونة. اخلط الصلصة والمعكرونة برفق. قدمها على الفور مع البقدونس وجبنة البارميزان الإضافية عند الرغبة.

ملاحظات

إذا لم تتمكن من شراء سمك السلمون بدون جلد ، فيمكنك بسهولة إزالة سمك السلمون من الجلد قبل أن تضيف السلمون إلى الوعاء ، أو استخدم سكينًا حاداً لإزالة الجلد قبل وضعه في التوابل. أو احتفظ بها إذا كنت لا تمانع في ذلك.

تضاعف هذه الوصفة بسهولة. لقد استخدمت قطعة واحدة من السمك عند صنع هذه الوصفة لشخصين.

الصلصة تتمتع بطعم الليمون إلى حد ما ، لذلك إذا لم تكن تحب هذا المذاق ، قم بتخفيض كمية الليمون إلى النصف ، ثم أضف المزيد منه بعد أن تتذوقه إذا لم يكن ذلك كافيا بالنسبة لك.