Łosoś caprese na parze z ryżem i warzywami

Lista zakupów

Składniki

- 500 g – 600 g fileta z łososia norweskiego
- Ok 50 g tartego sera mozarella
- 4 większe pomidorki coctailowe lub 8 małych
- 0,5 cytryny
- 8 szt liści świeżej bazylii,
- Sól, pieprz do przyprawienia łososia
- 200 g różyczek brokułów
- 120 g marchwi
- 180 g czerwonej papryki (1szt)
- 160 g młodej cukinii
- 30 ml oliwy z oliwek
- 1 łyżeczka soli do przyprawienia warzyw
- 0,5 łyżeczki pieprzu
- 1 łyżeczka ziół prowansalskich
- 0,5 łyżeczki czosnku granulowanego
- 200 g ryżu paraboiled
- 1,5 łyżki soli do gotowania ryżu