

Füstölthering-krémes tojás - készítette Nemeskövi Dénes
mesterszakács



Fotó: Balogh Tamás

Hozzávalók:

az alaprecept szerint elkészített
füstölthering-krém (receptjét lásd külön)
6 főtt tojás

az „újrarendelt” francia salátához:

2 burgonya, só, 2 nagyobb sárgarépa, 1
kisebb zeller fele, 1 petrezselyemgyökér, 2
alma, 3-4 csemegeuborka, 2 maréknyi főtt
zöldborsó, 2-3 evőkanál olívaolaj, fél citrom
kifacsart leve, őrölt fehér bors

a díszítéshez:

pár szem paprikával töltött olajbogyó, egy
kisebb lilahagyma, fodros petrezselyem,

1-2 kanál majonéz

1. Először a salátát készítjük el. A burgonyát megtisztítjuk, a gyufaszálnyinál egy kicsit kisebb és vékonyabb csíkokra vágjuk. Enyhén sózott, forrásban lévő vízbe szórjuk, majd a tűzről levéve lefödve hűlni hagyjuk. Így pontosan roppanósan puha lesz. A zöldségeket megtisztítjuk, és meghámozzuk az almát is. Mindezeket a krumplihoz hasonló kis csíkokra vágjuk, ahogyan a csemegeuborkát is. Aki a nyers zeller és petrezselyemgyökér ízét nem szereti, a burgonyához hasonlóan ezeket is leforrázhatja. A lecsöpögtetett krumplit a többi hozzávalóval, beleértve a főtt borsót is, egy tálba rakjuk. Az olívaolajjal és a citrom kifacsart levével meglocsoljuk, enyhén megsózzuk, megborsozzuk, de fűszerezhetjük finomra aprított petrezselyemmel is. Akinek ez a könnyű franciás öntet egy kicsit idegen, egy kevés majonézzal is bekeverheti a salátát, de semmiképpen sem annyival, hogy tocsogjon benne a sok zöldség.

2. A főtt tojásokat kettévágjuk. A heringkrémet csillagszöves habzsákba kanalazzuk, és szépen a főtt tojásokra nyomjuk. 3. A salátát 6 tányér közepén elosztjuk, s mindegyikre ráültetünk 2 töltött tojást, amiknek a tetejét 1-1 karika olajbogyóval, kis darabka lilahagymával és 1-1 kis levélke petrezselyemmel díszítjük. Néhány majonézpöttyel díszítjük a saláta körül.

Megjegyzés:

Manapság divat „újrarendelni” egyes fogásokat. A fentiekben ismertetett könnyű saláta nagyszerű alternatívája lehet a hagyományos majonézes franciasalátának.

6 főre

Elkészítési idő: 20 perc

Füstölthering-krémes tojás - készítette Nemeskövi Dénes
mesterszakács

Egy adag: 417 kcal • fehérje: 13,7 gramm • zsír: 28,3 gramm • szénhidrát: 26,7 gramm •
rost: 6,1 gramm • koleszterin: 237 milligramm