

Slider banner 1140x443 px



Leaderboard banner (fat banner top) 1140x130 px

Brzi filter

Sve kategorije

 Desert	 Doručak	 Glavno jelo
 Jestivi pokloni	 Juha/varivo	 Napitak
 Predjelo	 Prilog	 Salata
 Umaci/namazi	 Užina	

Najnoviji članci

Svi članci

Banner cover picture u clanku 848x477 px

Mario Harapin i Delikatessen aus Kroatien

"Nije mi bio problem odabrati proizvođače namirnica vrhunske kvalitete. Surađnike sam našao u malim proizvođačima..."

 Od Okusi in Ljudi



Crna Gora: Tržnica u Baru

Tržnica u Baru, Crna Gora Na prvi pogled neugledna, pijaca u Baru će vam prikazati svoje pravo lice tek kad zađete ...

 Od Nevena Zelunka in Slikovnica



Halloween

Jestiva zabava s djecom za Halloween: muffini, kolačići vještići prsti, mumije.....

 Od Okusi in Slikovnica

Najnoviji recepti

Svi recepti





Od Helena V.

Kuhinja: Iran

Kategorija: Glavno jelo

Težina:

Objavljeno: 30. Listopad 2015.



Najnoviji članci



Mario Harapin i
Delikatessen aus
Kroatien
0 2. Studeni 2015.
0 0



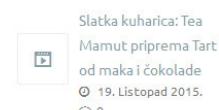
Crna Gora: Tržnica u
Baru
0 31. Listopad 2015.
0 0



Halloween
0 30. Listopad 2015.
0 0



Jačanje imuniteta kao
zaštita od bolesti
0 21. Listopad 2015.
0 0



Slatka kuharica: Te
Mamut priprema Tart
od maka i čokolade
0 19. Listopad 2015.
0 0

Najnoviji recepti



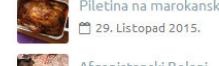
Lassi s bananom,
svježim bosiljkom,
medom i cimetom
0 2. Studeni 2015.



Perzijski losos
0 30. Listopad 2015.



Skuše koju vole djeca
0 30. Listopad 2015.

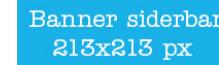


Piletina na marokanski
0 29. Listopad 2015.



Afganistanski Bolani
0 20. Listopad 2015.

Marketing



Newsletter

Banner cover picture u clanku 848x477 px

Perzijski losos



0



0

Ovo je recept tipičan za proslavu Perzijske Nove godine – Nowruza. No šteta bi bilo jesti ga samo jednom godišnje.

Nowruz ili Noruz slavi se na prvi dan proljeća, 20. ili 21. ožujka, i označava ponovno rođenje budjenje prirode. Nowruz je tisuće godina stara tradicija čiji se postanak pripisuje Zoroastrijancima koji su ga slavili još za vrijeme Perzijskog carstva. Danas se ne slavi samo u Iranu (u kojem su ga Ajatolasi pokušavali zabraniti kao paganski blagdan) nego i u okolnim zemljama poput Iraka, Indije, Kine ali i Kosova i Albanije te Turske. U mnogim od ovih zemalja (čak i Kanadi) je to i službeni praznik te neradni dan.

Perzijci Noruz tradicionalno slave više dana. Jedna od tradicija je generalno proljetno čišćenje kuće a kupuju se po potrebi i novi namještaj (ili popravlja stari) i nova odjeća. To je dan kad se okusljuje i urijača čirč otvrtje, iako se slavi ponovno rođenje prirode, Perzijci će kuhati s nečim zelenih boja. To obično znači da su sve ih začinjili hiliči – loptar, peršin, krič, ičer – ili mladi luki i špinat, koji će začiniti Sabzi Pollo ba Mahi (riža sa zelenilom i riba (Mahi=riba)) ili Ghalileh Mahi i Kookoo sabzi (nešto poput fritanje).

U današnjem su receptu navedene i berberitze koje se često konzumiraju u perzijskoj kuhinji. Berberice se kod nas nazivaju žutikom ali se zbog trnja i kiseljine ne beru nego ostavljaju pticama da ih pozabiju. Zamjenite ih brusnicama.

U originalu, dobivenom od jednog Iranca, ovaj recept u sebi nema niti nar niti repove škampa već samo losos.

Standardni banner 728x90 px

Sastojci

- 2 fileta divljeg lososa (oko 500 g)
- paketić repova velikih škampa (oko 400 g) (razrezati po ledjima)
- oko 700g do 1 kg krumpira, narezanih na kolutove
- 150-250 ml slatkog vrhnja
- malo maslaca
- 1-2 male rajčice, blanširane, oguljene kožice i narezanih na sitne kockice (bez sjemenki)
- 1 režanj češnjaka
- 1-2 žlice suhih berberitze bobica (bobice žutike ili ako nemate - brusnica, usitnititi)
- gruba morska sol, papar

po želji:

- limun ili limete
-

zelenjava:

- peršin, kopar, metvica ili korijander
-

za posluživanje:

- sjemenke nara (šipka)

Koraci

- Korak 1
Pečnicu zagrijati na 200°C. Ako želite, na dio vatrostalne posude postavite po dnu kriške limuna ili limete i na njih stavite filete lososa, svježeg ili smrznutog. Također je moguće na losos staviti neke od navedenih zelenih začinskih biljaka. Svatko može kombinirati kako želi ili zelenilo izostaviti u potpunosti.

Korak 2

- Krumpir narezati na kolutove, oguljen ili neoguljen. Ako je kora dobra onda se krumpiri mogu jesti i neoguljeni – kora je bogata željezom. Poslagati po okolo lososa. Posoliti i po želji poprpati.

Korak 3

- U tavicu zagrijati maslac i dodati češnjak i kratko potom i rajčice. Nakon minuta dvije dodati i repove škampa. Kad su razrezani po sredini, lijepo se rastvore i imaju još bolji okus. Tko ne želi ili koristi smrznute neka ih ostavi bez reza. Kratko kuhati uz miješanje pa zaliti vrhnjem, ako je krumpira više, uzmite cijelo slatko vrhnje od 250 ml.

Korak 4

- Podjeljiti škampe po krumpiru, posuti berbericama i sve zaliti umakom od slatkog vrhnja. Staviti u pečnicu i peći oko 50 minuta.

Korak 5

- Poslužiti posuto zrnima nara (šipka) uz zelenu salatu.

Pop up banner
600x600 px