

# Paste cu somon



Paste cu somon!!

Cu gandul la tatal meu iubit, Ioan, am facut cu ceva timp in urma aceste paste cu somon, extrem de gustoase!

## 0 reteta...dintr-un vis:

Am visat ca mergeam cu el, cu masina, intr-un oras pe care il stia bine. Am intuit asta, fiindca imi spunea strazile pe nume (iar acum sunt mai mult decat sigura ca era Bucuresti, unde a stat cativa ani buni, la facultate).

Si trebuia sa parcam undeva, sa mancam, pentru ca ii era foame asa ca l-am intrebat ce ar vrea sa manance, ca ii fac. Si a vrut **paste cu somon**.

Dar cum nu gaseam locuri de parcare, i-am zis sa parcheze in fata, ca erau multe locuri, in parcare a unei biserici foarte mari, cu niste icoane imense si extraordinar de frumoase, pictate dumnezeieste (in mozaic, cred).

Acolo ne-am si oprit si am mancat cu totii. Fara mami. Dar ea nu poate manca niciun alt peste in afara de crap (interesant cum a aparut detaliul asta si in vis).

Asa ca, in urmatoarea sambata, am facut pastele astea delicioase, in amintirea lui.

Si stiu ca a fost cu noi la masa, fiindca a fost pomenit la slujba de dimineata (pentru cei adormiti) iar noi, acasa, in timp ce savuram pastele, am fost cu gandul tot la el.

Aceasta este povestea retetei de astazi. O poveste desprinsa dintr-un vis care mi l-a adus mai aproape pe tati meu iubit. Pentru ca, momentan, doar in vise ma pot intalni cu el.

Dupa cum bine stiti, au trecut patru luni de la ultima mea postare (cand se implineau **3 ani fara tati**) si de atunci am mai visat cu el de cateva ori (vise la fel de vii), multe dintre ele fiind, din nou, legate de tot felul de mancaruri sau dulciuri.

De exemplu, in ultimul vis mi-a dezvaluit, bucuros, o crema de nuca cu cacao. Iar noi eram atat de uimiti de „inventia” lui!

Tati, bucatarul meu iubit, cum imi spune el ce sa ii fac bun...ca atunci cand era langa mine...

Cred ca as putea scoate o mica cartutie cu toate retetele inspirate de el ☐

## **Ingrediente:**

- 500 g paste Barilla Gnocchi din grau dur
- 700-800 g file de somon proaspat (norvegian cu piele, fara oase)
- cateva linguri bune de ulei de masline
- o ceapa mare
- 2 morcovi

- 5-6 catei de usturoi
- un ardei gras, mic
- sare si piper, dupa gust
- jumătate de cescuta cu apa (sau vin alb)
- 100 g smantana de gatit (sau acra, fermentata)
- 100 g unt
- 2 linguri crema de branza
- o lamaie mica
- parmezan ras (optional)

Poza facuta rapid, cu telefonul, atunci seara, direct in tigaie:



## Mod de preparare:

0 mica povestioara □

Mai intai de toate, vreau sa va spun ca lui tati ii placea tare mult somonul la cuptor. Si cel afumat dar asta proaspat ii placea nespun, punctul de plecare al retetei de azi fiind, asadar, somonul

la cuptor.

Totusi, un alt motiv pentru care am ales sa il prepar asa a fost si faptul ca imi doream ca gustul pestelui sa fie elementul principal. Si a fost. Din plin!!! ☐

### **Pasul 1- somon la cuptor:**

Dar sa va povestesc cum am procedat: am taiat somonul in doua-trei bucati mai mari, l-am asezat cu pielea in jos, in tava cu ulei, am pus sare si piper din belsug.

In continuare, am taiat ceapa solzi (mari) si am adaugat-o impreuna cu usturoiul taiat in doua, morcovii rondele si ardeiul taiat fasii, pe langa bucatile de somon.

La sfarsit, am turnat apa (as fi pus vin dar chiar nu aveam vin alb) si am dat la cuptor pentru cca. 25 de minute, la foc potrivit (180 grade C).

Eu ultimele 2 minute l-am tinut la grill dar nu e neaparat sa faceti asta. Cand a fost gata, am scos bucatile de somon din tava si le-am pus separat.

### **Pasul 2 – pastele fainoase:**

Au urmat apoi pastele, pe care le-am fiert in apa multa cu sare (doar cand apa clocoteste, puneti pastele!) iar in timpul fierberii lor, cca. 11 minute, am avut timp sa prepar si sosul.

### **Sos de smantana cu somon:**

Sosul se prepara foarte usor: mixati la robot tot ce a ramas in tava; puneti apoi pasta pe foc, in untul incins, vreo 2 minute, amestecand des. Turnati smantana de gatit si crema de branza.

### **Punctul final al retetei:**

Strecurati pastele de apa (pastrati un polonic de apa, pe care il adaugati la sfarsit) si rasturnati-le in tigaie, peste sos. Amestecati de cateva ori.

Bucatile de somon, pe care eu le-am maruntit putin cu furculita (am inlaturat dinainte pielea), au intregit aceasta reteta minunata de paste.

Simplu si delicios!!!

Voi puteti adauga parmezan ras, daca vreti, dar noua ne-au placut asa „simple” ☐



---

**Sandwichuri cu somon**



Sandwichuri cu somon!!

Aceste sandwichuri cu somon afumat au tot ce trebuie pentru a savurate la maxim!! Si compozitia de peste e delicioasa, si ingredientele care intra la capitolul „ornare” ☐

...ce poate fi mai bun?!

Eu ador retetele rapide si usor de facut, cum sunt de obicei toate **pastele care se intind frumos pe paine** ☐

...iar somonul si mai mult (si proaspat, si afumat), asa ca va dati seama, cred, cu cata bucurie am preparat aceasta reteta!!!

## Ingrediente pentru 4 persoane:

- 6 felii de paine
- 150 g somon afumat
- 100 g branza proaspata, cremoasa
- 12 rosii-cireasa
- 3 oua mari
- o lamaie galbena + o lamaie verde
- marar proaspat, tocat
- 3 lingurite pateu de masline (optional)
- sare, piper

## Mod de preparare:

Fierbeti ouale timp de 8 minute, pana cand sunt tari. Lasati-le la racit si apoi decojiti-le cu grija.

Intre timp puneti in mixer somonul, crema de branza, sucul de la o jumatate de lamaie (eu am stors o lamaie intreaga) sare, piper si marar.





Taiati in 2, pe diagonala, feliile de paine.  
Ungeti-le cu crema obtinuta in mixer:



Ornati cu cate o felie de ou fiert:





Peste ou puneti pateu de masline si deasupra cate o jumatate de rosie-cireasa (eu nu am gasit nicaieri, asa ca am ornat cu felii de rosii taiate pe jumatate)



Decorati cu felii de lamaie verde si galbena (eu am folosit doar lamaie verde)



Presarati cu marar si serviti!



„Sectiune” □





Rapide si gustoase!!!

Pofta buna!!!

---

**Impletitura file de cod si  
somon**



Impletitura file de cod si somon, o **reteta cu peste** deosebita, de sarbatoare, care va aduce un plus de gust si culoare oricarei mese festive!!

Aceasta impletitura de peste, de cod si somon in cazul meu, se prepara foarte usor iar rezultatul este uimitor!!!

Puteti folosi si alte fasii de **peste**, tot ce conteaza e sa obtineti un contrast apetisant ☐

Un somon impletit cu care am facut furori, desi poate din pozele extreme de nereusite pe care le-am facut, nu pare chiar asa :)))

Il puteti servi si in zilele de dezlegare la peste din posturi daca inlocuiti smantana animala cu smantana vegetala iar untul cu unt vegan sau ulei de masline.

## **Ingrediente:**

- 4 bucati lungi de file de cod
- 2 bucati late de file de somon

## **Pentru sosul cald, cu stafide:**

- 30 g stafide

- 30 g unt gras
- 200 ml smantana proaspata (de gatit)
- sare si piper, dupa gust

### **Sos file de peste:**

- 50 g unt
- 2 cepe
- 200 ml smantana proaspata (de gatit)
- 50 ml vermut alb sau un vin alb

### **Ornare:**

- inele de ceapa verde

### **Mod de preparare:**

#### **Ingredientele principale** □

Somon proaspat si cod:







**Ingredientele pentru cele doua sosuri: sosul cald de smantana si cel care acopera fileurile de peste**

Dupa cum vedeti si in poza, eu am folosit smantana acra, fermentata, pe care o folosim in mod normal la ciorbe dar se poate folosi si smantana pentru gatit, lichida.

Noua ne-a placut consistenta sosului si cu smantana folosita, mai ales ca era super cremoasa!!!! ☐

Iar de vinul de la Recas nu am efectiv ce zice, atat de bun a fost!! Vermut nu am vazut niciunde, asa ca a fost un inlocuitor excelent!



### Preparare sos cald de smantana cu stafide:

Spalati stafidele apoi lasati-le sa se inmoaie intr-un bol cu apa calduta timp de 30 minute (puneti apa cat sa treaca putin peste ele). Scurgeti-le dar nu aruncati lichidul in care s-au rehidratat. Topiti untul intr-o cratita. Adaugati stafidele, caliti-le 5 minute, apoi sarati si piperati dupa gust:



Laura  
Sava



Laura  
Sava

Turnati din cand in cand din apa in care au stat la inmuiat si, tot treptat, smantana:



*Laura  
Sava*



Lasati amestecul sa fiarba cca. 20 de minute, la foc mic, cu vasul acoperit, pana se ingroasa usor.







### **Realizare impletitura de peste:**

Intre timp, taiati bucatile de file de somon pe lungime. Realizati patru impletituri folosind pentru fiecare un file de cod si doua bucati de file de somon.

Asa le-am facut eu:

Laura  
Sava



Laura  
Sava



Laura  
Sava



Mi-a placut atat de mult ideea, incat va mai pun una cu impletiturile, dar apoi gata, e randul vostru! ☐

Ce impletitura apetisanta!!! ☐



### **Coacere:**

Incalziti cuptorul. Ungeti cu unt o tava, curatati ceapa si taiati-o solzisorii.

Presarati ceapa in tava apoi puneti impletiturile de peste:



Turnati deasupra vermutul si restul de smantana.

Introduceti la cuptor pentru 15-20 de minute:



*Laura Sava*



*Laura Sava*

Scoateti cu atentie pestele pe un platou:



Scurgeti sosul din tava in care s-au copt impletiturile si strecurati-l. Puneti pe foc si lasati-l sa clocoteasca 5 minute la foc mare.

Rasturnati-l apoi peste sosul cu stafide. Adaugati sare si piper.

#### **Finalizare:**

Turnati sosul peste peste (desi nu arata prea bine, fiindca acopera exact farmecul impletiturii :D)



...sau serviti sosul separat intr-o sosiera, unde impletiturile nu mai apar ca fiind innecate in sos □ , pastrandu-si cu ocazia asta tot farmecul festiv.

Asa o sa le fac si eu data viitoare!!!

Incantator de delicioase!!!

---

**File de somon cu sos si orez aromat**



Somonul este un peste delicios, ce poate fi preparat in multe feluri! In viziunea mea, toate delicioase! ☐ Mai ales daca e file!

Acum l-am gatit rapid: File de somon cu sos si orez aromat (am folosit de fapt paste ☐ ).

### **Ingrediente:**

- 6 bucati file de somon
- 1 ceapa
- 3 catei de usturoi
- 1 ramurica de oregano
- 200 ml smantana pentru frisca
- 100 ml vin alb
- 2 linguri ulei
- sare, piper, verdeata
- cascaval ras (gouda)
- orez

## Mod de preparare:

Se sareaza si pipereaza fileurile de somon.

Se incinge uleiul intr-o cratita, se aseaza fileurile de somon si se prajesc scurt pe ambele parti, la foc puternic. Printre fileuri puneti o ceapa crestata in patru, 2-3 catei de usturoi si ramurica de oregano.

Se stinge cu vin alb si se adauga verdeata.

Apoi se adauga smantana si se lasa sa dea un clocot. Se da deoparte

Se adauga cascavalul ras si se da la cuptorul încins la foc mare (250°C) timp de 5-10 minute.

Pentru orez avem nevoie de un varf de cutit scortisoara, unul de nucsoara, stea de anason stelat macianta, chimen macinat si un pai de sofran. Se adauga toate in apa in care fierbe orezul.

Somonul se poate servi si cu paste.

Reteta preluata de la **Maya**