**Семга с пюре из брокколи**

|  |  |
| --- | --- |
| **C:\Users\User\Desktop\DSCF30953.jpg** | Ингредиенты (на 1 порцию):* Семга – 120 г
* Соус чили – 30 г
* Сливочное масло - 100 г
* Соль по вкусу
* Брокколи 100 г
* Сливки 33%
* Чеснок (2 зубчика)
* Каперсы – 10 г
* Помидоры черри – 20 г
 |

**Способ приготовления:**

1. Семгу солим.
2. В сковороде смешиваем соус чили, растительное и сливочное масло (далее –соус).
3. Обжариваем стейк рыбы 4-5 минут, постоянно поливая соусом.
4. Брокколи варим в подсоленной воде.
5. В блендере смешиваем до однородной консистенции вареную брокколи, масло, сливки.
6. Каперсы, помидоры черри обжариваем в сливочном масле.
7. Формируем блюдо (см.фото).

**Приятного аппетита!**