

Семга в сливочном соусе в микроволновке



Сочная семга в сочетании со сливочным соусом из микроволновки обязательно станет одним из ваших любимых блюд.

Ингредиенты:

- Семга..... 500 г
- Карри 0,3 ч. л.
- Сливки 200 мл
- Укроп.....по вкусу
- Сольпо вкусу

Приготовление:

1. Кусочки рыбы выкладываем на блюдо и заматываем пищевой пленкой так, чтобы рыба была полностью закрыта и никаких отверстий не осталось.
2. Поместите блюдо с рыбой в микроволновку на 3-5 минут при мощности 700-900 Вт.
3. Тем временем подогрейте немного сливок, добавьте карри и укроп и поварите в течение 2-3 минут.
4. Выложите рыбу на тарелку и посолите по вкусу.
5. Залейте соусом и можно наслаждаться!
Приятного аппетита!

