ADELVIA

Масло амаранта



Зачем выбирать масло

Ненасыщенные жирные кислоты

Состав масла - справочные данные, не анализ партии.

Линолевая кислота - незаменимая омега-6, которую организм получает с пищей.

Замена насыщенных жиров ненасыщенными помогает снижать «плохой» холестерин.

Попробуйте как заправку к панцанелле или свёкле с бурратой. Рецепты - дальше.

При аллергии на амарант не употреблять.

ADELVIA

Масло амаранта

Панцанелла с персиком

На 6 порций

Ингредиенты

6 тонких ломтиков бриоши; 4 салата Little Gem; 6 персиков; 2 шара бурраты.

6 ст. л. амарантового масла; сок 1 лимона; 1 ст. л. каперсов; 1/2 ч. л. лимонного тимьяна; горсть базилика; соль, перец.

Как приготовить

01 Взбейте масло с лимонным соком и рублеными каперсами.

02 Кубики бриоши пеките 8-10 мин при 190 °C; остудите.

03 Разложите салат, персики и буррату; приправьте, полейте соусом. Добавьте тимьян, базилик и сухарики.

Адаптация: Tom Kerridge

Состав ингредиентов проверяйте по упаковке.

Аллергены: амарант, молоко, яйца, пшеница.

ADELVIA

Масло амаранта

Свёкла, буррата и хрен

На 4 порции

Ингредиенты

8-10 небольших свёкол; сок и цедра 1 лимона; 2 бурраты, всего 400 г; 100 г хрена.

По 8 ст. л. амарантового масла и белого винного уксуса; 1 ч. л. мёда; 1 ч. л. соли + по вкусу; чёрный перец.

Как приготовить

01 Свёклу варите около 45 мин до мягкости; охладите в холодной воде.

02 Взбейте масло, уксус и мёд, посолите и поперчите. Порвите буррату, натрите хрен.

03 Тонкую свёклу смешайте с соком и цедрой лимона. Подайте с соусом, бурратой и хреном.

Адаптация: Julian Kutos

Состав ингредиентов проверяйте по упаковке.

Аллергены: амарант, молоко.

ADELVIA

Масло амаранта

Карпаччо с рукколой

На 4 порции

Ингредиенты

Около 400 г центра говяжьей вырезки; около 100 г молодой рукколы; 6 ст. л. амарантового масла; 60 г выдержанного пармезана; 1 лимон; морская соль, чёрный перец.

Как приготовить

01 Охладите тарелки. Вырезку в пергаменте подморозьте 1 ч до упругости.

02 Мясо тонко нарежьте, отбейте в пергаменте; разложите по тарелкам.

03 Рукколу смешайте с 1 ст. л. масла. Добавьте к мясу, полейте оставшимися 5 ст. л.; посыпьте сыром, приправьте. Подайте с лимоном.

Адаптация: Barney Desmazery

Нужна говядина для сырой подачи.

Аллергены: амарант, молоко.