Smaki Portugalii - zrozumiesz, gdy spróbujesz!
filety z tuńczyka w sosie śmietanowo-pieczarkowym

---

filetes de atum com natas e cogumelos
dla 2 osób

Składniki:

1 słoik (250g) filetów z tuńczyka w oliwie z oliwek Bon Appetit
250g pieczarek
1 opakowanie śmietany
1 cebula
3 ząbki czosnku
100 ml mleka
1 łyżka oliwy z oliwek
1 łyżka musztardy
natka pietruszki
sól, pieprz
ryż

Cebulę i czosnek obrać i pokroić w plasterki. Posiekać natkę pietruszki. Pieczarki pokroić na ćwiartki. Zmieszać śmietanę i musztardę.

Podgrzać oliwę z oliwek na dużej patelni (użyć również oliwę ze słoika z filetami). Dodać cebulę, czosnek i natkę pietruszki. Podsmażać na wolnym ogniu do momentu zezłocenia cebuli. Dodać w całości filety z tuńczyka. Pozostawić na patelni przez 2 min. na wolnym ogniu. Dodać zmieszaną wcześniej śmietanę z musztardą oraz mleko i pieczarki. Pozostawić na patelni pod przykryciem przez ok. 20 min, co jakiś czas delikatnie mieszając - tak, by nie rozdrobnić filetów z tuńczyka. W międzyczasie ugotować ryż.

Wyłożyć 2 filety na talerz dla jednej osoby. Polać sosem. Podać ryż. Udekorować świeżą natką pietruszki.