

Salmon Filo Pie – Пирог Фило с Лососем

Рецепт на английском языке

Ingredients:

3 leeks
2 large courgettes
olive oil
2 sprigs of fresh thyme
200 g leftover cooked salmon
100 g feta cheese
1 lemon
3 large eggs
1 x 250 g pack of filo pastry
15 g Parmesan cheese
1 romaine lettuce
1 cucumber
3 tablespoons extra virgin olive oil

Method:

1. Trim and roughly chop the leeks and courgettes and place in a large pan on a low heat with a lug of olive oil and the thyme leaves. Cook gently for 30 minutes, or until soft and lightly golden, with the lid on for the first 15 minutes, stirring regularly. Once soft and sweet, season to perfection and leave aside to cool for 5 to 10 minutes.

2. Preheat the oven to 180°C. Flake the salmon into the cooled mixture, crumble in the feta, grate over the zest from the lemon, crack in the eggs and stir well to combine. Layer the filo over the base of a lightly oiled ovenproof frying pan or dish (roughly 30cm), overlapping the sheets and letting them hang over the edge of the pan as you layer – make sure you fully cover the base and allow enough overhang to fully cover the filling once folded in – brushing with olive oil as you go. Spoon in the salmon filling, then fold in the overhanging filo to form a lid. Brush the top with olive oil and finely grate over the Parmesan. Bake on the bottom shelf of the oven for 45 to 50 minutes, or until cooked through, golden and crisp.

3. Meanwhile, slice the lettuce and cucumber. Mix the juice from the lemon, the extra virgin olive oil and a pinch of salt and pepper together, then drizzle over the salad veg. Transfer the filo pie to a board, cut into wedges, and serve.

Рецепт на русском языке

Ингредиенты:

3 шт. лук-порей
2 больших кабачка
оливковое масло
2 веточки свежего тимьяна
200 г вареного лосося
100 г сыра фета
1 лимон
3 больших яйца
1 x 250 г пачка теста фило
15 г сыра пармезан
1 салат ромэн
1 огурец
3 столовые ложки оливкового масла

Приготовление:

1. Обрезать кончики и крупно нарезать лук-порей и кабачки и поместить в большую кастрюлю на медленный огонь с небольшим количеством (1-2 ст.ложки) оливкового масла и листьев тимьяна. Готовить на медленном огне 30 минут, или пока не станут мягкими и не приобретут слегка золотистый цвет, под крышкой в течение первых 15 минут, регулярно помешивая. После того, как кабачки станут мягкими и сладкими, приправить по вкусу и оставить остывать в течение 5 - 10 минут.

2. Разогреть духовку до 180 ° C. Отделить вилкой кусочки лосося и положить их в охлажденную смесь, покрошить туда же сыр Фета, натереть на терке цедру лимона, разбить яйца и хорошо перемешать, чтобы все компоненты объединились. Слои теста фило выкладывать на слегка смазанную маслом сковороду или блюдо (примерно 30 см в диаметре), перекрывая листы теста и позволяя им свешиваться с краев сковородки, каждый слой промазывайте маслом с помощью кулинарной кисточки. Убедитесь, что вы полностью покрыли дно, а свисающие края полностью покроют начинку. Выложите начинку, затем заверните свисающие края теста фило, сформируйте покрытие пирога. Промажьте верх оливковым маслом и посыпьте сверху мелко натертым пармезаном. Выпекать на нижней полке духовки в течение 45 - 50 минут, или до готовности, до золотой и хрустящей корочки.

3. Тем временем, нарежьте салат и огурец. Смешайте сок лимона с оливковым маслом и щепоткой соли и перца, перемешайте и сбрызните этой смесью овощной салат. Перенесите пирог на доску, нарежьте на сектора и подавайте.