

Σολομός στο φούρνο με άσπρο ξηρό κρασί

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Υλικά (για 10-12 άτομα περίπου)

1 κομμάτι σολομού (από το μέρος της ουράς) 2½ περίπου κιλά, χωρισμένο από τον ιχθυοπώλη σε δύο φιλέτα (να αφαιρέσει τα κόκαλα από τη μέση),

4 κουταλιές στραγγισμένη κάπαρη,

6 φιλέτα αντσούγιας στραγγισμένα,

3 σκελίδες σκόρδο σε φετάκια,

από 1 χούφτα φύλλα μαϊντανού και δυόσμου, τεμαχισμένα,

4 μεγάλες, κόκκινες ντομάτες κομμένες σε ροδέλες,

½ κουταλάκι μπούκοβο ή νιφάδες τσίλι (Chilli flakes),

1 γερή χούφτα κλωναράκι φρέσκο θυμάρι,

½ φλ. άσπρο, ξηρό κρασί,

4 κουταλιές ελαιόλαδο,

αλάτι, πιπέρι.

Εκτέλεση

Προθερμαίνετε το φούρνο στους 200οC. Βάζετε στη γυάλα του πολυμίξερ τον μαϊντανό, τον δυόσμο, 3 κουταλιές κάπαρη, τα φιλέτα των αντσούγιων και 1 σκελίδα σκόρδο και τα αλέθετε με διακεκομμένες κινήσεις του μοτέρ, μέχρι να γίνει ένα ομοιόμορφο μίγμα, σχεδόν σαν πουρές.

Ντύνετε το εσωτερικό ενός μεταλλικού, μακρόστενου ταψιού με αντικολλητική λαδόκολλα και απλώνετε στον πάτο τις ντομάτες σε σειρές, έτσι που να πιάνουν όλο το μέρος που θα βάλετε το σολομό (διαγώνια αν χρειαστεί). Σκορπάτε πάνω την υπόλοιπη κάπαρη, τα υπόλοιπα σκόρδα, το μισό μπούκοβο ή νιφάδες τσίλι και

όλα τα κλωνάρια του θυμαριού, εκτός από ένα. Τις ραντίζετε με το κρασί και 3-4 κουταλιές νερό, 3 κουταλιές λάδι και τις αλατίζετε.

Λαδώνετε τα φιλέτα του ψαριού από την πλευρά της πέτσας και τα αλατοπιπερώνετε καλά παντού. Βάζετε το ένα φιλέτο πάνω στις ντομάτες (η πέτσα προς τα κάτω), απλώνετε πάνω το μίγμα του μαϊντανού και το σκεπάζετε με το δεύτερο φιλέτο (η πέτσα προς τα πάνω). Πασπαλίζετε με το υπόλοιπο μπούκοβο ή νιφάδες τσίλι και τα φυλλαράκια από το τελευταίο κλωνάρι θυμαριού.

Ψήνετε το σολομό για 35-40 περίπου λεπτά στο φούρνο, μέχρι να ροδίσει η επιφάνειά του και τον σερβίρετε με τις ντομάτες και τη σάλτσα του από το ταψί.

Πηγή:like.philenews.com