

Istakoz Sandviç (Lobster Roll)

Yumuşak istakoz eti, mayonez ve kızartılmış brioche ekmekleriyle otantik New England istakoz rulosu tarifi. 20 dakikada hazır. Mükemmel yaz deniz ürünleri sandviçi!

5 min

HAZIRLIK

15 min

PIŞIRME

20 min

TOPLAM

4

PORSİYON

Easy

ZORLUK



Malzemeler

- 1 libre istakoz eti
- 3 yemek kaşığı mayonez
- 4 kereviz sapı
- 4 marul
- 4 yemek kaşığı tereyağ
- 1 yemek kaşığı taze limon suyu
- 1 çay kaşığı sarımsak tozu
- 1 çay kaşığı deniz tuzu
- 1 çay kaşığı karabiber
- 4 ekmek
- 1 yemek kaşığı frenk soğanı

Yapılışı

1 İstakozu hazırlayın

Büyük bir tavada orta-düşük ateşte (150°C/300°F) 2 yemek kaşığı tereyağını eritin. 1 pound istakoz eti ekleyin ve ara sıra karıştırarak 3-4 dakika nazikçe ısıtın, et sadece ısınana kadar, fazla pişmeyecek şekilde.

2 Isıtılmış istakozu büyük bir karışım kasesine aktarın ve buhar çıkmayacak duruma gelene kadar oda sıcaklığında 10 dakika soğumaya bırakın.

3 İstakoz salatası yapın

Soğumuş istakozu üzerine 4 yemek kaşığı mayonez, 1 yemek kaşığı limon suyu, 1 tatlı kaşığı doğranmış frenk soğanı, 1 tatlı kaşığı doğranmış kereviz, 1 tatlı kaşığı tuz ve karabiber ekleyin. İstakoz parçalarını parçalamamaya dikkat ederek kaşıkla karışana kadar nazikçe katlayın.

4 Kaseyi streç filmle kaplayın ve tatların kaynaşması ve karışımın soğuması için 30-60 dakika buzdolabında bekletin.

5 Ekmekleri kızartın

Büyük bir tavayı orta ateşte (175°C/350°F) ısıtın. Kalan 1 yemek kaşığı tereyağını eritin ve 4 üstten bölünmüş ekmeğin düz kesik yüzlerine sürün.

6 Ekmekleri kesik tarafları aşağı bakacak şekilde sıcak tavaya yerleştirin ve altın sarısı ve çıtır olana kadar 1-2 dakika kızartın. Ateşten alın.

7 Ruloları birleştirin

Her kızarmış ekmek içine marul yaprakları serin, istakoz salatası için bir yatak oluşturun. Soğutulmuş istakoz salatasını 4 ekmek arasında eşit şekilde paylaşın, ortada cömertçe yığın.

8 Her ruloyu taze dereotu ile süsleyin ve ekmekler hala sıcakken hemen servis edin.

Besin Değerleri

485	32g	28g	28g	2g	4g	890mg
KALORI	PROTEİN	KARBONHİDRAT	YAĞ	LİF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

İstakoz etini fazla pişirmeyin - yumuşak dokusunu korumak için sadece ısınana kadar pişmelidir. Fazla pişen istakoz lastik gibi ve sert olur.

Ruloları birleştirmeden önce istakoz karışımını en az 30 dakika soğutun. Bu, tatların kaynaşmasını sağlar ve dolguyu kullanmayı kolaylaştırır.

En iyi lezzet için Hellmann's veya Duke's gibi kaliteli mayonez kullanın. Az yağlı versiyonlardan kaçının çünkü karışımı sulu yapabilir.

Ekmekleri her iki düz yüzünde altın sarısı olana kadar kızartın - bu yumuşaklığı önler ve ıstakozla uyumlu tereyağlı lezzet katar.

İstakoz salatası karışımını fazla karıştırmayın. İstakoz etini parçalamak yerine güzel parçalar halinde tutmak için malzemeleri nazikçe katlayın.

Servis etmeden hemen önce tadına bakın ve baharatını ayarlayın. İstakozun tuzluluk seviyesi değişebilir, bu yüzden daha fazla tuz eklemeden önce her zaman tadına bakın.

Ekmeklerin yumuşamaması için birleştirdikten hemen sonra servis edin. Birden fazla rulo yapıyorsanız, bileşenleri ayrı hazırlayın ve servis etmeden hemen önce birleştirin.

En otantik deneyim için sadece kuyruk eti yerine pençe ve eklem eti karışımı kullanın; daha iyi lezzet ve doku için.