

# AMLOZEK

Amlodypina

**dobrze się kojarzy**

Pierwsza polska amlodypina

*poleca*  
*Zdrowe Przepisy*  
*dla Serca*

## Łosoś pieczony z pomarańczą

LO  
VE

*Łosoś jest idealnym przepisem  
na dawie walentynkowe,  
które rozsmakuje Was w miłości!*

### SKŁADNIKI (2 porcje):

- dzwonka łososia (świeże) - 200 g
- pomarańcza - 200 g
- sok z pomarańczy (świeży) - 250 ml
- cytryna - 80 g
- miód naturalny - 10 g
- masło - 20 g
- czosnek - 5 g
- mięta (świeża) - 1 g
- papryka chili (mielona) - 1 g
- sól himalajska - 1 g
- pieprz czarny (mielony) - 1 g

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Dzwonka łososia włóż do naczynia żaroodpornego, skrop sokiem z cytryny, dopraw solą i pieprzem, posyp listkami mięty, ułóż na rybie plastry pomarańczy.
2. Piecz w 180 stopniach przez 20 minut.
3. W rondlu zagotuj sok z pomarańczy, dopraw miodem, czosnkiem, solą i chili. Gotuj na małym ogniu, aż 1/2 sosu wyparuje.
4. Dodaj masło i zagotuj mieszając.
5. Po upieczeniu, dzwonka łososia wyłóż na talerz. Podawaj z sosem.

### WARTOŚĆ ODŻYWCZA 1 PORCJI:



420  
KCAL



22 g  
TŁUSZCZU



29 g  
WĘGLOWODANÓW



22 g  
BIAŁKA



  
**ADAMED**  
Dla Rodziny

