



## Σολομός με πατάτες

Ξέρω ότι αγαπάτε τις εύκολες συνταγές, αυτές που δεν χρειάζεται να ασχολείσαι και πάρα πολύ ώρα και είναι πολύ νόστιμες. Ο σολομός είναι ένα από τα αγαπημένα μου ψάρια, τον φτιάχνω συχνά και με διάφορες παραλλαγές.



Πάμε στην κουζίνα μου να μαγειρέψουμε μαζί και να μοιραστώ μαζί σας μια συνταγή που σίγουρα θα λατρέψετε.

### Υλικά

3 φιλέτα σολομού (εγώ είχα κατεψυγμένα)

$\frac{1}{4}$  κούπας ελαιόλαδο

3 κ.σ μαϊντανό ψιλοκομμένο

Αλάτι και πιπέρι

1 κ.σ [μηλόξυδο](#)

1 κ.γ μουστάρδα

χυμό λεμονιού

1 κ.γ πολτό σκόρδου

Φέτες λεμονιού

### **Για τις Πατάτες**

10 μεγάλες πατάτες

$\frac{1}{2}$  κούπα ελαιόλαδο

Αλάτι πιπέρι ρίγανη

1 κούπα νερό

Χυμό λεμονιού

### **Οδηγίες**

Καθαρίζουμε πλένουμε και κόβουμε τις πατάτες, προσθέτουμε το ελαιόλαδο, το αλάτι, το πιπέρι, τη ρίγανη, το λεμόνι και το νερό και ανακατεύουμε, τις βάζουμε στο ταψί και ψήνουμε, σε προθερμασμένο φούρνο, στους 200 βαθμούς για 40 λεπτά.



Βάζουμε στο μούλτι το ελαιόλαδο, τον μαϊντανό, την μουστάρδα, το λεμόνι, το μηλόξυδο, αλάτι και πιπέρι και τα ανακατεύουμε. Τα βάζουμε σε ένα μπολ με τον σολομό και ανακατεύουμε καλά και αφήνουμε στην άκρη. Μόλις περάσουν 40 λεπτά βγάζουμε το ταψί με τις πατάτες και προσθέτουμε τον σολομό, την μαρινάδα και τις φέτες λεμονιού.



Συνεχίζουμε το ψήσιμο, για 15 λεπτά περίπου, να πάρουν χρώμα οι πατάτες και ο σολομός. Σερβίρουμε με ελαιόλαδο και φρεσκοτριμμένο πιπέρι.



**Μυστικά**

Μπορείτε να βάλετε όποιο ψάρι σας αρέσει.

Να βάλετε όσο λεμόνι σας αρέσει και όποια μπαχαρικά θέλετε.

*Καλή επιτυχία περιμένω τα σχόλια σας !!*