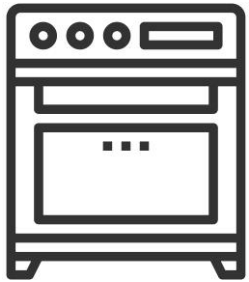


Σουβλάκι Σολομού



- Αφαιρέστε όλες τις συσκευασίες
- Τα ψάρια έχουν ήδη ψηθεί στο φούρνο.
- Ακολουθήστε τις παρακάτω προτάσεις
- Οι Οδηγίες αφορούν **νωπό** προϊόν



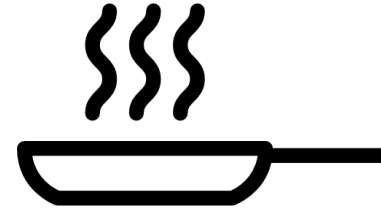
ΟΙΚΙΑΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ

- Προθερμάνετε το φούρνο στους 180°C
- Τοποθετήστε το σουβλάκι στο κέντρο, χρησιμοποιήστε χαρτί ψησίματος
- Θερμαίνετε στους 200°C για 4' συνολικά (στη λειτουργία αέρος)



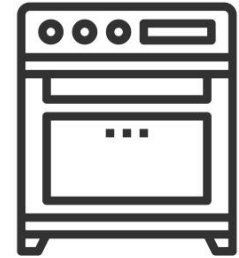
BBQ

- Σε καυτή επιφάνεια (ηλεκτρικό με γκάζι) τοποθετείτε το σουβλάκι αφού αλείψετε την επιφάνεια με λάδι
- Ζεσταίνετε για 4' συνολικά σε υψηλή ισχύ.



ΤΗΓΑΝΙ

- Σε ένα αντικολλητικό τηγάνι, τοποθετήστε το σουβλάκι (120°C)
- Τηγανίστε για 2' (για κουζίνες αερίου)



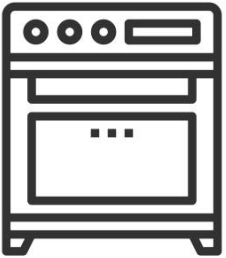
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ

- Προθερμάνετε το φούρνο σε θερμοκρασία 220°C
- Σε ένα ταψί τοποθετήστε αλουμινόχαρτο τοποθετήστε το σουβλάκι
- Ψήστε για περίπου 4' λεπτά (λειτουργία αέρα).

Σουβλάκι Σολομού



- Αφαιρέστε όλες τις συσκευασίες
- Τα ψάρια έχουν ήδη ψηθεί στο φούρνο.
- Ακολουθήστε τις παρακάτω προτάσεις
- Οι Οδηγίες αφορούν **κατεψυγμένο** προϊόν



ΟΙΚΙΑΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ

- Προθερμάνετε το φούρνο σε θερμοκρασία 220 °C.
- Μεταφέρετε τα σουβλάκια σε ένα ταψί με αλουμινόχαρτο στο φούρνο.
- Ψήστε για περίπου 8-10' λεπτά (λειτουργία αέρα) στους 180 °C.



BBQ

- Προθερμάνετε τη σχάρα σε μέτρια προς υψηλή θερμοκρασία και αλείψτε τις σχάρες με φυτικό λάδι.
- Τοποθετήστε προσεκτικά τα σουβλάκια στη σχάρα σε μέγιστη θερμοκρασία.
- Ζεσταίνετε για 8' συνολικά σε μέτρια φωτιά



ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ

- Προθερμάνετε το φούρνο σε θερμοκρασία 220°C.
- Μεταφέρετε τα σουβλάκια σε ένα ταψί με αλουμινόχαρτο στο φούρνο.
- Ψήστε για περίπου 8' λεπτά (λειτουργία αέρα).