**Как приготовить киш с лососем и брокколи**

**Ингредиенты для теста**

Мука пшеничная – 150 г

Мука кукурузная – 150 г

Сливочное масло – 150 г

Сахар – 1 ч. л.

Соль – ½ ч. л.

Желток – 1 шт.

Ледяная вода – 4 ст. л.

**Ингредиенты для начинки**

Филе лосося (сёмги) – 300 г

Брокколи – 250 г

Твёрдый сыр – 150 г

Репчатый лук – 1 шт.

Чеснок – 2-3 зубчика

Растительное масло – 30 г

**Ингредиенты для заливки**

Яйца – 3 шт. + белок

Сметана (сливки) – 400 г

Соль – ½ ч. л.

Молотый перец – по вкусу

Куркума – ¼ ч. л.

Укроп – 10 г

Форма круглая для выпечки диаметром 28 см

**Пошаговый рецепт приготовления**

**Шаг 1**

Как приготовить вкусный киш с лососем и брокколи? Подготовим продукты. Муку для песочного теста можно взять пшеничную высшего сорта. У нас цельнозерновая, более полезная, и кукурузная мука, которая придаст нежную рассыпчатую структуру основе пирога.

**Шаг 2**

**Приготовим сначала песочное тесто для киша.** В большую миску или чашу всыпаем оба вида муки, просеянные через сито, и смешиваем их.

**Шаг 3**

Натираем на тёрке в муку очень холодное сливочное масло и быстро перетираем ингредиенты руками в песочную крошку, чтобы масло не успело растаять. Добавляем соль, сахар и один желток. Перемешиваем.

**Шаг 4**

Далее, по одной столовой ложке, вливаем в тесто ледяную воду. Потребуется примерно 4 ложки. Хорошо вымешиваем и формируем тесто в песочный шар.

**Шаг 5**

Переносим его в огнеупорную форму (диаметр 28 см) и равномерно распределяем, формируя борта в 3-4 см. Предварительно смазывать форму не нужно, поскольку тесто содержит достаточное количество масла.

**Шаг 6**

Затем тесто часто накалываем вилкой, застилаем пергаментом и высыпаем на него груз (фасоль, горох или рис), чтобы в процессе выпечки основа осталась ровной и не поднялась.

**Шаг 7**

Отправляем запекаться в заранее разогретую духовку (190 градусов) на 15 минут.

**Шаг 8**

**Теперь приготовим начинку для киша.** Репчатый лук чистим и нарезаем маленькими кубиками. Обжариваем до золотистого цвета на разогретой сковороде с растительным маслом, периодически помешивая.

**Шаг 9**

В конце жарки добавляем натёртые на тёрке зубчики чеснока, которые придадут аромат пирогу. Перемешиваем с луком и обжариваем не более 1 минуты.

**Шаг 10**

Филе лосося для киша нарезаем небольшими кусочками, попутно удаляя пинцетом небольшие косточки. Отправляем к луку, посыпаем солью и чёрным молотым перцем, перемешиваем и слегка обжариваем, не до готовности, чтобы рыба лишь побелела, а внутри осталась сырой.

**Шаг 11**

Брокколи (замороженную или свежую) разбираем на соцветья и бланшируем в подсоленной воде 3-4 минуты. Если соцветья крупные, разрезаем их на небольшие кусочки.

**Шаг 12**

Твёрдый сыр для начинки натираем на крупной тёрке.

**Шаг 13**

Достаём из духовки приготовленную песочную основу для пирога, убираем груз и даём немного остыть.

**Шаг 14**

**Приготовим сметанную заливку для киша.** В миску вбиваем 3 яйца и белок, оставшийся ранее, взбиваем венчиком. Добавляем соль, куркуму для красивого цвета и молотый чёрный перец. Кладём сметану (или вливаем сливки) и хорошо перемешиваем.

**Шаг 15**

Укроп моем, обсушиваем бумажными полотенцами и мелко нарезаем. Отправляем в заливку. Он прекрасно сочетается в пироге с другими ингредиентами и придаст аромат пирогу. Перемешиваем и заливка готова.

**Шаг 16**

**Собираем пирог.** Перекладываем в песочную основу обжаренные лосось с луком и чесноком, разравниваем. Между кусочками рыбы красиво укладываем брокколи, щедро посыпаем сыром и заливаем сметанной заправкой.

**Шаг 17**

Отправляем в духовку (170 градусов) и выпекаем киш 1 час. Готовность пирога определяем по наличию золотистой корочки, а начинка должна загустеть и стать плотной.

**Шаг 18**

Готовый киш с лососем и брокколи достаём из духовки и даём немного остыть. Перекладываем на красивое блюдо и подаём к столу. Тонкое хрустящее песочное тесто получилось нежным и рассыпчатым, при этом хорошо держит форму и хорошо режется.

**Шаг 19**

Французский пирог получился очень вкусным, со сливочным вкусом расплавленного сыра, нежной рыбой сметанной заливкой, он просто тает во рту. Довольно сытный, его можно подать на обед, ужин или на праздничный стол.

Приятного аппетита!