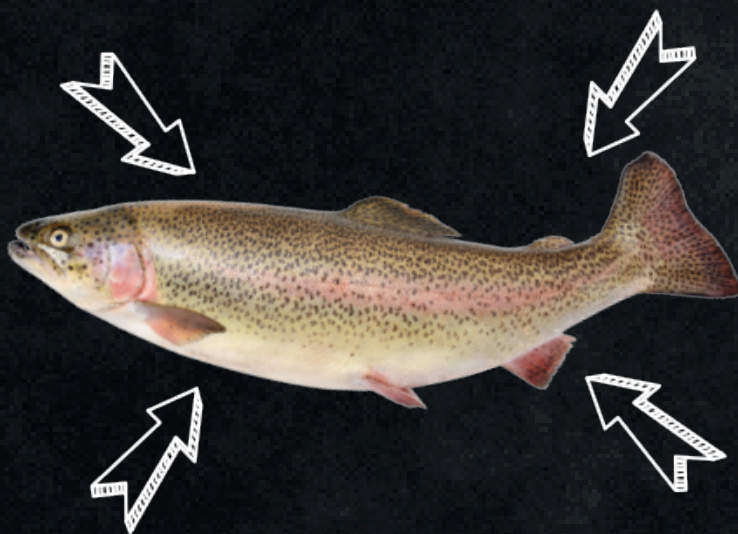


Pstrąg pieczony w papierze



SKŁADNIKI:

- 3 sztuki pstrąga patroszonego JZN,
- 6 gałązek rozmarynu,
- 9 ząbków czosnku,
- 6 plasterów cytryny,
- sól,
- pieprz,
- 6 łyżeczek masła,
- 6 łyżek oliwy z oliwek.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Pstrągi myjemy, usuwamy łuski.
2. Przyprawiamy solą, pieprzem i smarujemy oliwą.
3. We wnętrzu każdego pstrąga umieszczamy: 2 gałązki rozmarynu, 3 ząbki czosnku, 2 plasterki cytryny oraz dwie łyżeczki masła i spinamy wykałaczkami.
4. Tak przygotowane ryby odkładamy do lodówki na 1 godzinę.
5. Po godzinie wyjmujemy pstrągi, zawijamy szczelnie w papier do pieczenia.
6. Następnie rozgrzewamy piekarnik do 180°C.
7. Pieczemy 25 minut, następnie rozchylamy papier i przypiekamy pstrąga jeszcze przez 10 minut.



Nasz Targ
Rybny

