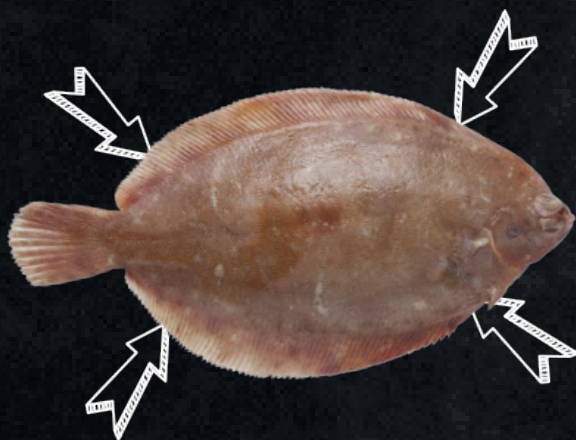


# Grillowana sola z pikantnym sosem salsa



## SKŁADNIKI:

- 2 sole,
- pieprz ziołowy,
- sól morska.

## Składniki na salsę pomidorową:

- 3 duże dojrzałe pomidory,
- sól i pieprz do smaku,
- ½ czerwonej cebuli,
- sok z połowy cytryny,
- papryczka chili średniej wielkości,
- oliwa z oliwek,
- ½ pęczku bazylii,
- 2 łyżeczki kaparów,
- czosnek – dwa ząbki,

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Rybę wypatroszyć i umyć. Lekko ponacinać wierzch ryby. Doprawić solą, pieprzem ziołowym.
2. Rozgrzać patelnię grillową z odrobiną oliwy z oliwek. Grillować ok. 5-7 minut z każdej strony (tak, aby skórka była zarumieniona).
3. Pomidory pokroić w kostkę, posiekać papryczkę chilli, czosnek przecisnąć przez praskę, cebulę pokroić w drobną kostkę.
4. Wszystkie składniki wymieszać, dodać sok z cytryny, posiekane kapary, sól, pieprz, oliwę z oliwek.
5. Całość dokładnie wymieszać. Odłożyć do lodówki na ok. 20 minut. W międzyczasie posiekać bazylię.
6. Gotową rybę podawać z sosem pikantnym salsa i posypać posiekaną bazylią.



Nasz Targ  
Rybny

