

Tatranské pstruhy

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 30 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Očistené pstruhy natrieme maslom, osolíme, posypeme rascou a opečieme v oleji. Huby sparíme. Opražíme ich na masle s nakrájanou cibuľou, pridáme 3 lyžice hladkej múky, rascu, trochu podlejeme a podusíme. Zmes nalejeme na pstruhy a zapečieme v rúre. Podávame s opekanými zemiakmi a šalátom.

Ingrediencie

- **Dr. Halíř trvanlivé mlieko polotučné 1 l** - 100 g
- **Bezlepková múka Nomix 1 kg** - 30 g
- **Cibuľa voľná** - 60 g
- **Cesnak** - 6 g
- **Pstruh dúhový pitvaní s hlavou** - 900 g
- **Olivový olej** - 10 g
- **Šampiňóny záhradné** - 200 g
- **Provensálske byliny** - 6 g
- **Rasca** - 4 g
- **Korenie na ryby** - 10 g
- **BABIČKA Maslo 250 g** - 40 g
- **Jedlá soľ** - 4 g
- **RAJO Laktofree kyslá smotana 200 g 14%** - 200 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

