

Grillowany pstrąg z pastą z czarnych oliwek



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Pstrąg:

pstrągi wypatroszone	4 sztuki
oliwa	2 łyżki
Grill przyprawa ziołowa Prymat	2 łyżki
Sól morska jodowana drobnoziarnista Prymat	1 łyżeczka
Pieprz cytrynowy mielony Prymat	1/3 łyżeczki
cytryna	1 sztuka

Pasta z czarnych oliwek:

oliwki czarne Smak	150 gramów
fileciki z sardeli	7 sztuk
pomidory suszone Smak	50 gramów
kapary całe Smak	2 łyżki
oliwa	6 łyżek
bazylia świeża posiekana	4 łyżki
Sól morska jodowana drobnoziarnista Prymat	
Pieprz czarny Prymat w młynku	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Przygotowanie

pasty z

czarnych

oliwek:

Do miski
przełożyć -
kapary, oliwki,
suszone
pomidory i
fileciki z sardeli.

Składniki
dokładnie
zmixować, a
następnie dodać
posiekaną
bazylię oraz
przyprawę.
Ponownie całość
dokładnie
wymieszać.

Przygotowanie

pstrągów:

W

oczyszczonych
pstrągach zrobić
kilka nacięć. Do
każdego z nich
włożyć plasterek
cytryny. Rybę
oprószyć solą,
pieprzem oraz
przyprawą Grill
klasyczny.

Smażenie

pstrągów:

Tak

przyprawione
pstrągi grillować
na rozgrzanym
ruszcie przez
około 6 minut z
każdej ze stron.
Po tym czasie
należy pstrągi
wciąż
pozostawiać na
grillu (ok. 5
minut), ale w
miejscu
oddalonym od
ognia.

Gotowe pstrągi
podawać z
pastą z
czarnych
oliwek.