

HALIBUT W MARYNACIE CYTRYNOWEJ



MARTINEZEK



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

halibut	1 duża sztuka
cytryna	2 sztuki
pomarańcza	1 duża
Pieprz cytrynowy mielony Prymat	do smaku
sól	do smaku
oliwa	1 łyżka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Rybę opłukać i osuszyć, oprószyć solą i pieprzem, do miski wycisnąć sok z jednej cytryny. Druga cytrynę sparzyć i pokroić plasterki. Pomarańczę wycisnąć i wydrążyć miąższ, połączyć z sokiem z cytryny i oliwą. Rybę zanurzyć w marynacie, obłożyć cytryną. Miskę z rybą wstawić do lodówki najlepiej na całą noc. Przed pieczeniem ryby wyciągnąć ją z lodówki ok 1h wcześniej. Piec w naczyniu ceramicznym lub żaroodpornym w 180 stopniach polaną marynatą i obłożoną cytryną około 40 min.