

Pieczone pstrągi



KRYSTYNA32



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

pstrąg patroszony	4 szt
cytryna	4 plasterki
masło	4 łyżki
oliwa	4 łyżki
czosnek	2 ząbki
pieprz	
tymianek	
sól	
Papryka słodka mielona Prymat	
cukier	
bazylia	
natka pietruszki	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Do przygotowania pstrągów użyłam suszonej natki pietruszki.

Czosnek przecisnąć przez praskę. Dodać do oliwy z oliwek. Sól, pieprz, tymianek, paprykę, cukier, bazylię oraz suszoną natkę pietruszki wymieszać ze sobą.

Pstrągi umyć i osuszyć. Oprószyć przygotowaną mieszanką przypraw. Do środka każdego pstrąga włożyć po łyżce masła.

Z folii aluminiowej wyciąć 4 prostokąty tak aby swobodnie zwinąć w nich pstrągi. Każdy prostokąt folii skropić oliwą z oliwek. Na środek położyć pstrąga i plasterki cytryny, zwinąć.

Piec 25 minut w temperaturze 200 stopni.