

Makrela w ziołach



IRMINA2



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

4 sprawione makrele

2 cytryny

1 pęczek szalwi

sól i pieprz

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Makrele opłukać, ususzyć, natrzeć z zewnątrz i od środka solą i pieprzem. Cytryny sparzyć gorącą wodą, ususzyć, z jednej otrzeć skórkę. Obie cytryny pokroić w plasterki. Część listków szalwii, skórki i plasterków cytryny umieścić wewnątrz ryb, resztę ułożyć na wierzchu. Makrele ułożyć na grillu, piec 20 min. Od czasu do czasu smarować olejem.