

Marinovaný grilovaný losos



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 35min , Porce: 2

246 kalorií , 4 g cukrů , 16 g tuků , 17 g bílkovin

Autor: Raduš

Odkaz: <https://srecepty.cz/marinovany-grilovany-losos>

Příprava

Smícháme všechny ingredience a lososa necháme marinovat přes noc. Odleželé porce lososa grilujeme nebo opékáme na grilovací pánvi dozlatova. Hotové kousky lososa pokapeme citrónem.



Tip k receptu

Podáváme se špenátovým salátem s malinovým dresinkem a vařenými brambory s máslem a pažitkou.



Ingredience

- ✓ 1/2 lžice medu
- ✓ 1 lžice čerstvého strouhaného zázvoru
- ✓ 3 stroužky prolisovaného česneku
- ✓ 2 kousky lososa
- ✓ 2 lžice sójové omáčky
- ✓ 2 lžice olivového oleje
- ✓ 1 lžice plnotučné hořčice

Kategorie

Výjimečný den, Ryby a dary moře, Hlavní chod