

Pečený losos s černými olivami



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 4

1220 kalorií , **0 g** cukrů , **89 g** tuků , **129 g** bílkovin

Autor: Milena

Odkaz: <https://srecepty.cz/peceny-losos-s-cernymi-olivami>

Příprava

Lososa zbavíme kůže, opláchneme pod studenou tekoucí vodou a vysušíme. Na oleji dozlatova osmažíme nadrobno nakrájenou cibuli, přidáme rozetřený česnek, vypeckované a nadrobno nakrájené olivy. Vše smažíme do měkka. Přidáme rajčatový protlak, koriandr, pepř a sůl dle chuti. Plátky lososa touto směsí potřeme a dáme do zapékací misky. Podlijeme bujónem a pečeme 30 minut v předehřáté troubě na 180 °C, dokud nezměkne. Po celou dobu pečení, lososa co 10 minut poléváme vypečenou šťávou. Při podávání posypeme nakrájenou petrželí a jarní cibulkou.

Ingredience

- 500 g plátků lososa
- 2 balení černých oliv
- 2 lžíce olivového oleje
- 5 stroužků česneku
- 2 lžíce rajčatového protlaku
- 150 ml zeleninového bujónu
- sůl
- pepř
- 4 lžíce nasekané petržele
- 4 jarní cibulky
- 1 cibule
- 1 lžička mletého koriandru

Kategorie

Výjimečný den, Italská, Celoročně, Finančně náročnější, Ryby a dary moře, Něco extra, Labužník, Hlavní chod

