

# Pstruh plněný sýrem a pórkem

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 50min , Porce: 1

8 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: Alirtecka

Odkaz: <https://srecepty.cz/pstruh-plneny-syrem-a-porkem>

## Příprava

Vykuchaného a omytého pstruha osolíme a posypeme kořením na ryby. Dovnitř klademe plátky sýra a pórku nakrájeného na kolečka. Poté dáme naplněnou rybu na vymazaný plech a pečeme asi 20 minut v předehřáté troubě na 200°C, dokud kůžička není jemně hnědá.

### Tip k receptu

Podáváme s vařeným brambory, které můžeme posypat pokrájeným pórkem.

## Ingredience

- 1/2 pórku
- 1 pstruh
- 2 plátky sýra Ementál
- sůl dle chuti
- trocha pepře
- koření na ryby podle chuti
- trocha slunečnicového oleje na smažení

## Kategorie

Výjimečný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Ryby a dary moře, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod