

Pstruh podle Hemingwaye



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

1047 kalorií , **35 g** cukrů , **98 g** tuků , **4 g** bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/pstruh-podle-hemingwaye>

Příprava

Pstruhy vypitveme, očistíme, umyjeme pod proudem tečúcej vody a utrieme čistou utierkou. Osolíme ich, trochu okoreníme a vložíme do panvice, v ktorej sme rozpustili maslo a z oboch strán prudko opečieme. Pred podávaním podlejeme vínom a necháme chvíľku pod pokrývkou. Do ušľahanej šľahačky pridáme štipku jemne nasekaného kôpru a ozdobíme ňou kúsky ananásu.



Tip k receptu

Ako prílohu možno podať varené zemiaky, posypané nadrobno nakrájanou zelenou petržlenovou vňaťou.

Ingredience

- ✓ 4 pstruzi
- ✓ 120 g másla
- ✓ 300 g ananasu
- ✓ 120 ml bílého vína
- ✓ 120 ml smetany ke šlehání (šlehačka)
- ✓ 1 lžička čerstvého kopru
- ✓ špetka soli
- ✓ troška pepře bílého

Kategorie

Výjimečný den, Španělská, Redukční, Celoročně, Ryby a dary moře, Něco extra, Labužník, Hlavní chod