

# Pstruzi s olivami a oříšky



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 50min , Porce: 4

**913** kalorií , **3 g** cukrů , **87 g** tuků , **18 g** bílkovin

**Autor:** Milena

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/pstruzi-s-olivami-a-orisky>

## Příprava

Ryby omyjeme zvenčí i uvnitř pod studenou tekoucí vodou, osušíme a kůži nařízeme na více místech po obou stranách. Poté je osolíme, opepříme dle chuti zvenčí i uvnitř a dáme do zapékací mísy. Posypeme nakrájenými olivami a nesekanými oříšky. Zalijeme olejem, vínem a dáme péct na 25-30 minut do předehřáté trouby na 180 °C.

## Ingredience

- 4 vykuchaní pstruzi
- 4 lžíce olivového oleje
- 1 balení černých oliv
- 100 g vlašských ořechů
- sůl
- pepř
- 100 ml červeného vína

## Kategorie

Výjimečný den, Italská, Podzim, Finančně náročnější, Ryby a dary moře, Něco extra, Rodina, Hlavní chod

