

Siven na mandlích



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 35min , Porce: 1

579 kalorií , 0 g cukrů , 41 g tuků , 7 g bílkovin

Autor: Ondřej Šimeček

Odkaz: <https://srecepty.cz/siven-na-mandlich>

Příprava

Rybu vykucháme, odstraníme šupiny a osušíme. Rybu lehce nasolíme a mírně opepříme a zaprášíme hladkou moukou. V oválné litinové pánvi rozpustíme máslo a sivena opékáme podle váhy 10 až 14 minut (rybu obracíme pouze jednou). Současně si připravíme na jemné plátky nakrájené mandle a na rozpálené pánvi je opražíme dozlatova. Rybu těsně před dokončením ochutíme rozetřeným česnekem a posypeme připravenými opraženými mandlemi. Před servírováním rybu přelijeme rozehřátým máslem ochuceným kapkou vinného octa a ozdobíme čerstvou petrželkou. Podáváme s brambory.



Ingredience

- ✓ 350 g ryby Siven
- ✓ 50 g máslo
- ✓ 1 hrst mandlí
- ✓ 200 g brambor
- ✓ 1 stroužek česneku
- ✓ 1 lžíce soli
- ✓ špetka pepře bílého
- ✓ 1 lžíce hladké mouky
- ✓ 2 kapky vinného octa
- ✓ troška petrželové nať

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Ryby a dary moře, Něco extra, Labužník, Návštěva, Štíhlá slečna, Hlavní chod