

# Treska s pórkiem a bylinkami



Obtížnost:

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 50min , Porce: 6

**1784** kalorií , **22 g** cukrů , **82 g** tuků , **165 g** bílkovin

**Autor:** Jozef

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/treska-s-porkem-a-bylinkami>

## Příprava

Filety opláchneme, osušíme, pokrájame na menšie kúsky. Očistený pór a rajčiaky pokrájame na kolieska, opláchnuté bylinky posekáme. Pekač natrieme polovicou masla, posypeme strúhankou. Na dno poukladáme filety, osolíme, okoreníme, posypeme bylinkami, cesnakom a zakryjeme pórom, trochu osolíme. Vrstvy opakujeme. Navrch poukladáme rajčiaky. Pečieme v rúre pri 180°C asi 25-30 min. Dopékáme odokryté. Pokvapkáme zvyškom roztopeného masla.



### Tip k receptu

Podávame s varenými zemiakmi alebo tmavým pečivom.

## Ingredience

- ✓ 800 g filé z tresky
- ✓ 400 g menších rajčat
- ✓ 500 g póru
- ✓ 4 stroužky na plátky pokrajeného česneku
- ✓ 6 lžic másla
- ✓ svazek čerstvých bylinek : rozmarýn, tymián, šalvěj, petržel
- ✓ 2 lžíce strouhanky na vysypání pekáče
- ✓ troška mletého pepře a kmínu
- ✓ sůl podle potřeby

## Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně náročnější, Ryby a dary moře, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod