Plněný pstruh na grilu

Počet porcí: 4
Doba přípravy: 30 minut
Bez lepku

Postup přípravy

Pstruhy omyjeme, očistíme a osušíme. Osušené pstruhy natřeme zevnitř i zvenku Podravka přísadou Střemořskou. Náplň připravíme tak, že na másle upražíme nakrájenou mladou cibulku, přidáme nastrouhaná jablka a krátce podusíme, dokud se neodpaří přebytečná tekutina. Posolíme, okořeníme a přidáme citrónovou šťávu. Pstruhy naplníme náplní a propíchneme párátky, aby nám náplň nevytekla. Natřeme olivovým olejem. Pečeme na grilu nebo teflonové pánvi na středním ohni z obou stran. Z upečené ryby odstraníme párátka. Rozehřejeme máslo, přidáme nakrájené olivy a citrónovou šťávu. Upečené pstruhy polijeme rozehřátým máslem a podáváme s ajvarem.

Ingredience

- **Cibule volná** - 60 g
- **Jedlá sůl** - 4 g
- **Pstruh duhový kuchaný s hlavou hluboce zmrazený 450 g** - 440 g
- **Olivový olej** - 10 g
- **Olivy zelené** - 50 g
- **Jihočeské máslo 82 % 250 g** - 28 g
- **Culinary citronová štáva 100% 1 l** - 15 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 3 g
- **Podravka Ajvar jemný 350 g** - 60 g
- **Jablka červená** - 200 g
- **Podravka Natur přísada do jídel Středomořská 100 g** - 5.2 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

DIABETICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE