

# Treska zapečená se sýrem

**Počet porcí:** 4

**Doba přípravy:** 60 minut

**Bez lepku**

## Postup přípravy

Rybu očistíme, opláchneme, nakrájíme na porce, pokapeme citrónovou šťávou, osolíme a necháme krátce odležet. Potom je krátce opečeme na oleji, vložíme do máslem vytřené zapékací mísy, zastříkneme trochou vody a přikryté krátce podusíme. Vejce rozšleháme s mlékem, mírně osolíme, vlijeme na podušenou rybu, posypeme strouhaným sýrem, rychle zapečeme. Při podávání rybu pokapeme zbylým rozpuštěným máslem a posypeme petrželovou natí.

## Ingredience

- **Jedlá sůl vakuová 1 kg** - 4 g
- **Petrželová nať 8 g** - 4 g
- **Citróny** - 60 g
- **Eidam 30% cihla 2600 g** - 40 g
- **Jihočeské mléko trvanlivé polotučné 1 l** - 160 g
- **Pitná voda nesycená 1500 ml** - 80 g
- **Treska ocasní část** - 400 g
- **Olej slunečnicový 1 000 ml** - 16 g
- **Krajanka máslo 250 g** - 16 g
- **Vejce** - 120 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

**DIABETICA.CZ**

VÁŠ SEZNAM ONLINE

