



Pstrąg pieczony z warzywami - ryba

 Tylko z Natury

Polecane na:

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

 35 min

 łatwy

 4 porcje

Składniki:

filet z pstrąga ze skórą - 2 szt.
mrożona mieszanka warzywna - 1 opakowanie
przyprawa do ryb - 3 łyżeczka
masło - 3 łyżka

sól, pieprz - do smaku
cytryna - 4 plaster
sok z cytryny - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Filety skropić sokiem z cytryny, oprószyć solą i pieprzem oraz przyprawą do ryb, pozostawić pod przykryciem około 15 minut.

Na 2 łyżkach masła podsmażyć mieszankę warzywną.

Następnie przełożyć ją do naczynia żaroodpornego. Na warzywach ułożyć rybę, skórą do góry. Skórę można ponacinać i ułożyć plastry cytryny oraz 1 łyżeczkę masła. Piec 20 minut w temperaturze 200 stopni.