Pstrąg z cebulką, czosnkiem i koprem

Wafelek2601

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

150 min | łatwy | 4 porcje

Składniki:

- pstrąg - 4 szt.
- oliwa - trochę
- sól morska - do smaku
- pieprz ziołowy - do smaku
- cebula - 2 szt.
- czosnek - 6 ząbek
- koper - 1/2 pęk
- masło - 8 dag

Sposób przygotowania:

KROK 1: Pstrągi wypatroszyć, ja również odcinam głowy i ogony. Dokładnie umyć. Wysmarować oliwą, natrzeć solą morską i pieprzem ziołowym. Odstawić na godzinę do lodówki.

KROK 2: Cebulę i czosnek obrać, koper umyć. Cebulę i czosnek pokroić w kostkę, koper posiekać. Połączyć razem.

KROK 3: Takim farszem wypełnić "brzuszki" pstrągów. Dodać kawałek masła.

KROK 4: Folię aluminiową wysmarować oliwą. Każdą rybę położyć na folii, nie zawijać. Piec w piekarniku nagrzanym do 200 stopni aż ryba będzie miękka (ok.30-45 minut).

KROK 5: Podawać z kawałkiem cytryny.