




Łosoś pieczony w ziołach

 Dorota Duszak

Polecane na: [danie główne](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 60 min

 łatwy

 4 porcje

Składniki:

płat surowego łososia - 40 dag

oliwa z oliwek bio - 2 łyżka

czosnek - 2 ząbek

majeranek - 1 łyżka

oregano bio - 1 łyżka

suszony koperek - 1 łyżeczka

sól himalajska różowa - 3 szczypta

Dodatkowe info:

Dobrze jest jeść rybę trzy razy w tygodniu.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Rybę wymocz w zimnej wodzie na około 10 minut. Następnie opłucz pod bieżącą wodą i posól. Ułóż w żaroodpornym naczyniu.

KROK 2: Polej rybę równomiernie oliwą z oliwek. Natrzyj ziołami i przeciśniętym przez praszkę czosnkiem. Piecz od zimnego piekarnika w temperaturze 180 stopni Celsjusza ok. 30 minut.