

Marinovaný grilovaný losos



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 35min , Porce: 2

246 kalorií , 4 g cukrů , 16 g tuků , 17 g bílkovin

Autor: Raduš

Odkaz: <https://srecepty.cz/marinovany-grilovany-losos>

Příprava

Smícháme všechny ingredience a lososa necháme marinovat přes noc. Odleželé porce lososa grilujeme nebo opékáme na grilovací pánvi dozlatova. Hotové kousky lososa pokapeme citrónem.

Tip k receptu

Podáváme se špenátovým salátem s malinovým dresinkem a vařenými brambory s máslem a pažitkou.

Ingredience

- 1/2 lžice medu
- 1 lžice čerstvého strouhaného zázvoru
- 3 stroužky prolisovaného česneku
- 2 kousky lososa
- 2 lžice sójové omáčky
- 2 lžice olivového oleje
- 1 lžice plnotučné hořčice

Kategorie

Výjimečný den, Česká, Ryby a dary moře,
Hlavní chod

