

Pacovský kapr



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

610 kalorií , **15 g** cukrů , **47 g** tuků , **15 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/pacovsky-kapr>

Příprava

Kapra osolíme, opepříme a okmínujeme dle chuti. Dáme ho do pekáčku, přidáme houby, máslo a pár cherry rajčátek. Pečeme 15 minut přiklopené na 180 °C, poté ještě 5 minut odkryté. Šalotku a česnek nakrájíme najemno a smažíme na pánvi. Přidáme na kostičky nakrájená rajčátka, která až změknou ještě rozmačkáme. Kapra podáváme s rajčatovou omáčkou.

▣ Tip k receptu

Rajčatovou omáčku můžeme přidat péct ke kaprovi na posledních 5 minut, v okamžiku, kdy ho odklopíme.

Ingredience

- 4 plátky kapra
- 1/2 lžičky soli
- 1/2 lžičky pepře
- 1/2 lžičky kmínu
- 150 g hub
- 40 g másla
- 500 g cherry rajčátek
- 2 lžíce olivového oleje
- 2 ks šalotky
- 3 stroužky česneku

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková, Celoročně, Finančně nenáročná, Ryby a dary moře, Hlavní chod

