

# Pstruh v bazalce



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 25min  
Celkový čas: 45min , Porce: 4

**1766** kalorií , **0 g** cukrů , **196 g** tuků , **0 g** bílkovin

**Autor:** kamsilka

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/pstruh-v-bazalce>

## Příprava

Pstruhy pokapeme citrónovou šťávou, osolíme a opepříme, necháme na chladném místě odstát. Na oleji orestujeme cibuli a jemně nasekanou bazalku, pak přeložíme do zapékací misky. Na cibulovo-bazalkový základ nalijeme vývar, uložíme ryby, plátky citrónu a vločky másla. Pečeme v troubě 20-25 minut při 180 stupních. Podáváme s vařenými bramborami a petrželkou.

## Ingredience

- 4 pstruzi
- šťáva z 1 citrónu a jeden celý citrón
- špetka soli
- špetka bílého pepře
- 1 menší cibule
- svazek čerstvé bazalky
- 1 sklenka slunečnicového oleje
- 2 dcl zeleninového vývaru
- 1 lžíce másla

## Kategorie

Výjimečný den, Norská, Celoročně, Finančně nenáročná, Ryby a dary moře, Klasika, Labužník, Hlavní chod

