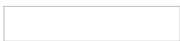


Kapr na kari



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 30min , Porce: 4

340 kalorií , **0 g** cukrů , **35 g** tuků , **1 g** bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: <https://srecepty.cz/kapr-na-kari>

Příprava

Plátky kapra potřeme česnekem utřeným se solí, posypeme kari kořením a necháme 30 minut v chladu uležet. Pak je vložíme do olejem vymazaného pekáčku a pečeme 40-50 minut v předehřáté troubě, dokud maso nezměkne. Během pečení podléváme vodou.

Ingredience

- 4 plátky kapra
- 5 lžic olivového oleje
- 2 stroužky česneku
- 2 lžíce kari koření
- sůl
- 400 ml vody

Kategorie

Obyčejný den, Indická, Celoročně, Finančně nenáročná, Ryby a dary moře, Klasika, Rodina, Hlavní chod