

Losos na koriandru



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 35min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 45min , Porce: 4

249 kalorií , **0 g** cukrů , **27 g** tuků , **0 g** bílkovin

Autor: Petra

Odkaz: <https://srecepty.cz/losos-na-koriandru>

Příprava

Lososa omyjeme a osušíme. Citrónovou šťávu smícháme s olejem, drceným koriandrem, pepřem a solí. Ryby touto směsí potřeme a necháme uležet cca 30 minut. pak je usmažíme na pánvi nebo ugrilujeme.

Tip k receptu

Podáváme se zeleninovou oblohou nebo salátem z rukoly a dobře vychlazeným bílým vínem.

Ingredience

- 4 podkovy z lososa
- 2 lžičky citrónové šťávy
- 1 lžička drceného koriandru
- 1 lžička drceného pepře
- 4 lžíce olivového oleje
- sůl

Kategorie

Česká, Ryby a dary moře