

Treska s pikantní restovanou červenou čočkou

Počet porcí: 2

Doba přípravy: 35 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Červenou čočku namočíme do vody. (Obvykle se tento druh předem namáčet nemusí, ale my ji budeme dál jen restovat se zeleninou, tak aby změkla). Ve větší pánvi na trošce olivového oleje zprudka orestujeme na měsíčky nakrájenou cibuli a na plátky nakrájený česnek. Po chvíli přidáme na kostičky nasekaný lilek a cuketu. Zprudka restujeme, až nakonec na chvíli přidáme na půl rozkrojená cherry rajčata (6 ks) a pokrájené papričky Jalapeños. Směs nakonec dle chuti dosolíme. Na jiné pánvi z obou stran opečeme osolené a opepřené porce tresky. Podáváme společně i s pikantní pastou Jalapeños.

Ingredience

- **Cibule volná** - 40 g
- **Cuketa** - 80 g
- **Lilek** - 80 g
- **Rajčata** - 50 g
- **Česnek** - 3 g
- **Jedlá sůl** - 4 g
- **Olivový olej** - 15 g
- **Jihočeské máslo 82 % 250 g** - 10 g
- **Treska ocasní část** - 400 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 2 g
- **Jalapeno Nacho Krájené 220 kg** - 5 g
- **Lagris čočka červená loupaná celá 500 g** - 125 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

