

Makrely po bretaňsku

Kategorie: [Maso](#)

Autor: avelebova



Suroviny

- makrely velké 4 ks
- sůl a pepř 1 ks
- olivový olej 9 lžíce
- cibule 1 ks
- sterilované fazole 500 g
- červené víno 200 ml
- kečup 5 lžíce
- citron 1 ks
- petrželka na ozdobu 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Postup:

Makrely osolíme zvenku i zevnitř, necháme odležet. Poté je na 4 lžících oleje opečeme z každé strany 7 minut. Uložíme do skleněné misky.

Cibuli nakrájíme na kolečka. Do pánve s výpekem přilijeme zbytek oleje a cibuli orestujeme. Přidáme scezené fazole, víno, kečup, sůl a pepř. Povaříme.

Horkou marinádu nalijeme na makrely a obložíme plátky citronu. Po vychladnutí uložíme na noc do ledničky. Zdobíme petrželkou apodáváme s bílým pečivem.