

Pangasius s rajčatovým květákem

Kategorie: [Maso](#)

Autor: Lenka



Suroviny

Porce: 4

- květák 1 ks
- červená paprika 1 ks
- pažitka 1 svazek
- chili paprička 1 ks
- česnek 1 stroužek
- pangasius 4 plátek
- slanina 4 plátek
- rajčatový protlak 3 lžička
- olivový olej 4 lžíce

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Smažení

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Květák rozebereme na růžičky a uvaříme doměkka. Papriku nakrájíme na kostičky. Pažitku, chili papričku a česnek nakrájíme nadrobno. Na oleji osmahneme z obou stran pangasia a slaninu a na druhé pánvi smícháme zelninu a protlak. Zeleninovou směs prohřejeme a podáváme k rybě.