

Pangasius s čerstvým zázvorem

Kategorie: [Maso](#)

Autor: Lenka



Suroviny

Porce: 4

- pangasia 1 kg
- zázvor 1 ks
- sůl 1 špetka
- pepř 1 špetka
- kmín 0.5 lžička
- olej 40 ml

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Středně obtížné

Určen pro: Dietní

Způsob přípravy: Pečení

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Filety ryby opláchneme, osušíme, vetřeme do nich sůl, pepř a potřeme je slabou vrstvou čerstvého, jemně strouhaného zázvoru. Necháme 30 min odležet a poté každý filet vkládáme do vrstvy rozpáleného oleje. Opékáme dozlatova a jako přílohu podáváme bramborové penízky.