

# Filety z tresky grilované v troubě s chlebovou krustou

Kategorie: [Maso](#)

Autor: wencek



## Suroviny

**Porce:** 2

- filé z tresky 2 ks
- **Na rajčatovou pastu**
- nakládané rajčata 1.2 sklenice
- česnek 2 stroužek
- chilli paprička 1.2 ks
- čerstvá bazalka 1 hrst
- bazalkový ocet 1 lžice
- parmazán 40 g
- **Na chlebovou strouhanku**
- chleba 200 g
- ančovičky 1.2 plechovka
- česnek 3 stroužek

**Doba přípravy:** 30 min

**Obtížnost:** Středně obtížné

**Způsob přípravy:** Grilování

**Země:** Česká republika

**Počet porcí:** 2

## Postup:

1. Filety pokapeme olivovým olejem, okořeníme pepřem, osolíme a posypeme fenyklovými semínky, vložíme do pekáče kůží dolů, vložíme do trouby pod gril a grilujeme 10 minut (pekáč umístíme do spodní části trouby, aby byla spirála grilu co nejdále)

2. Připravíme si rajčatovou pastu; půl skleničky nakládaných rajčat i s nálevem dáme do nádoby mixéru, přihodíme půlku chilli papričky, stroužky česneku, hrst listů bazalky, kousky parmazánu, nastrouhanou kůru a šťávu z 1/2 ks citrónu, vše ještě zakápneme lžící balzamikového octa, mixujeme na kaši
3. Rybu vytáhneme z trouby a potřeme připravenou pastou
4. Maso hojně potřené pastou ještě zasypeme chlebovou strouhankou a pekáč vložíme opět do trouby, kde filety z tresky ugrilujeme doměkka, což bude trvat zhruba dalších 15-20 minut.

Příprava ochucené chlebové strouhanky:

1. Chleba natrháme a vložíme do nádoby mixéru
2. Přidáme ančovičky i s olejem, česnek, vše osolíme a okořeníme pepřem a mírně zakápneme olivovým olejem
3. Rozmixujeme na strouhanku.

## **Poznámka:**

ančovičky použijeme i s olejem