

Nadívané plotice

Kategorie: [Maso](#)

Autor: wencek



Suroviny

Porce: 4

- plotice 1 kg
- slanina 200 g
- česnek 5 stroužek
- cibule 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

1. Rybám uřízneme hlavy, vzniklým otvorem ryby vykucháme, pak je důkladně umyjeme
2. Pokrájenou slaninu umícháme s nadrobno nasekanou cibulí, česnekem a puškvorcem, touto směsí plotice naplníme
3. Ryby osolíme, opepříme, okmínujeme a poklademe na plech vyložený zelnými listy, pokapeme rozpuštěným máslem, zakryjeme další vrstvou zelných listů
4. Pečeme v troubě vyhřáté na 180-190 °C 30-40 minut doměkka.

Doporučení:

Tímto způsobem můžeme péci plotice i na grilu, respektive v horkém popelu.