

Marinované makrely

Kategorie: [Maso](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- středně velké makrely 4 ks
- olej 1 sklenice
- koření na ryby 1 lžička
- sůl 1 lžička
- česnek 4 stroužek
- citrón 4 plátek

Doba přípravy: 50 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Makrely očistíme a podélně rozkrojíme. Do skleničky dáme polovinu oleje, přidáme koření a utřený česnek. Makrely marinádou potřeme ze všech stran a necháme v chladu odležet 2-4 hodiny (nejlépe přes noc).

Do pekáčku vlijeme druhou polovinu oleje, přidáme makrely a pečeme v troubě předehřáté na 100 °C přibližně 30 minut.