

Ďábelský pangas v alobalu

Kategorie: [Maso](#)

Autor: andrea



Suroviny

Porce: 3

- Pangasius filety 3 ks
- Slanina 50 g
- Česnek 2 ks
- Cibule 1 ks
- Petrželová nať 1 lžíce
- Olivový olej 3 lžička
- Sůl 1 špetka
- Chilli 1 špetka

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Petrželovou nať nasekáme na drobno. Na alobal kápneme olivový olej (asi tak 1 - 2 polévkové lžíce) a rovnoměrně ho po něm rozetřeme. Nasypeme na něj petržel a přidáme trochu slaniny nakrájené na malé kostičky. Cibuli nakrájíme na kolečka a pár jich rozprostřeme po směsi.

1 filet osolíme, přidáme chilli koření a rovnoměrně rozetřeme česnek, který jsme si nastrouhali nebo namačkali (osobně doporučuji strouhat ho na struhadle). Když to uděláme z obou stran, vložíme jej na připravenou směs a nahoru můžeme ještě přidat kolečka cibule. Celé to zabalíme a odložíme na plech. To stejné uděláme se zbylými filety. Poté dáme plech do lednice a necháme ho tam nejméně

hodinu.

V předem rozehráté troubě na 250° pečeme 20 minut.