Grilovaný losos s fenyklem

Kategorie: Maso

Autor: adminrecepty

Suroviny

Porce: 4

- Lososové filety cca 150 g 4 ks
- Mořská sůl 2 lžička
- Fenyklové cibulky malé 2 ks
- Smetana Créme fraiche(nebo zakysaná smetana) 4 lžíce
- Česnek - nasekaný 1 lžíce
- Cibule červená - jemné krájená 1 lžíce
- Rukola 1 hrst
- Olivový olej 3 lžíce

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Určen pro: Dietní

Způsob přípravy: Grilování

Zařazení: Oběd

Země: Francie

Počet porcí: 4

Postup:

Z kůže oškrábejte šupiny. Filety posypte solí a potřete olejem. Rybu grilujte kůží dolů na grilovací pánvi po dobu přibližně 5 minut. Pak rybu otočte a 1-2 minuty smažte druhou stranu.

Fenyklové cibulky opláchněte a podélně rozkrojte a pak příčně nakrájejte na tenké plátky. Smíchejte créme fraiche s česnekem a přimíchejte fenykl a krájenou červenou cibuli.

Lososa podávejte čerstvě grilovaného na rukole a fenyklu.