

# Pstruh s jogurtovou pěnou

Kategorie: [Maso](#)

Autor: Bmilinka1991



## Suroviny

**Porce:** 4

- Pstruzi 4 ks
- Hladká mouka 2 lžíce
- Vejce 2 ks
- Dijonská hořčice 1 lžička
- Citronová šťáva 1 lžička
- Máslo 40 g
- Bílý jogurt 150 g
- Několik lístků čerstvé bazalky 1 lžíce
- Sůl, mletý pepř - dle chuti 1 špetka
- Olej 1 ks
- Citron na ozdobu 1 ks

**Doba přípravy:** 30 min

**Obtížnost:** Snadné

**Způsob přípravy:** Pečení

**Země:** Česká republika

**Počet porcí:** 4

## Postup:

Pstruhy omyjeme a osušíme. Zvenku i uvnitř osolíme a opepříme. Obalíme v mouce.

Na pánvi rozežřejem olej. Při střední teplotě pstruhy usmažíme z každé strany 6 minut (až je kůže hnědá a křupavá). Ryby vyndané z pánve skladujeme v troubě vyhřáté na 100°C.

V malém hrnci rozmícháme celá vejce s hořčicí, citronovou šťávou, solí a pepřem. Hrnc vložíme do většího hrnce s horkou (ne vařící) vodou, přidáme rozpuštěné máslo a jogurt. Ručním šlehačem šleháme, dokud nevznikne hustá krémová nadýchaná pěna. Nakonec do ní vmícháme na jemné

proužky pokrájené bazalkové listy.

Pstruhy podáváme s pěnou, čtvrtkou citronu a vařenými bramborami.