

Pečený pangasius s mandlemi

Kategorie: [Maso](#)

Autor: Suzannka



Suroviny

- Pangasius 4 plátek
- Sůl 1 špetka
- Citrónová šťáva 4 kapka
- Strouhanka 3 lžíce
- Hladká mouka 3 lžíce
- Drcené mandle 3 lžíce
- Sezamová semínka 1 lžíce
- Koření na ryby 3 lžička

Doba přípravy: 50 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Postup:

Rybu necháme rozmraznout. Lehce osolíme a pokapeme citronovou šťávou. Necháme půl hodiny uležet. Strouhanku, mouku, mandle, semínka a koření dobře promícháme. Plech nebo pekáč vyložíme papírem na pečení a ten potřeme olejem. Pangasa osušíme a obalíme v sypké směsi, pěkně ho do ní přitlačíme. Naskládáme na plech a každou porci pokropíme lžičkou oleje. Vložíme do trouby vyhřáté na 210°C. Po 20 minutách otočíme a ještě 5-10 minut dopečeme.