

Pečený pstruh s teplým cícerovým šalátom

Prvýkrát som toto jedlo jedol v bistre Pigis a recept na cícerový šalát mám od nášho šéfkuchára Pala. Ryby nejem príliš často, pstruha som doma nepiekol ani nepamätám. Je to chyba, pretože je to skvelá ryba. Je lacná, slovenská a keď sa dobre upečie, mäsko sa jednoducho oddeľuje od kostí. Navyše je celé jedlo veľmi ľahké, takže vám zostane miesto aj na dezert :)

4 porcie

4 pstruhy

250 g cíceru

červená a žltá paprika

mix listových šalátov

4 PL sweet-chili omáčky

2 PL sójovej omáčky

1 PL medu

soľ, korenie

maslo

limetka

Cícer si na pár hodín namočíme do vody.

Pstruhy umyjeme, spravíme na každej strane 3 jemné zárezy, osolíme a okoreníme. Na panvičke ich na masle z každej strany krátko opražíme, aby koža chytila príjemnú hnedú farbu a bola chrumkavá. Pstruhy preložíme do pekáča a pečieme pri 180 °C asi 30 minút.

Cícer zlejeme a v novej vode uvaríme. V rajnici zmiešame sweet-chili omáčku, sójovú omáčku a med a krátko povaríme. Ak je omáčka príliš slaná, pridáme trošku vody a prevaríme. Papriky nakrájame na prúžky a šaláty natrháme na menšie kúsky. Cícer s paprikou premiešame s omáčkou a naservírujeme na tanier. Potrhané listy šalátu uložíme na cícer. Upečenú rybu

podľa chuti pokvapkáme limetkou.

