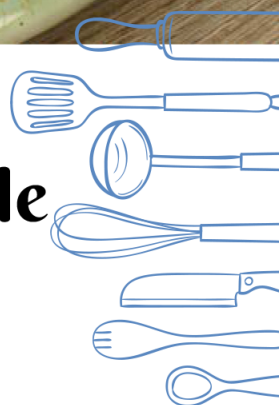




*Tomasz Rosa,  
Szef Kuchni restauracji  
„Nad Stawem” poleca:*



# Pstrąg z Poliwody z koperkiem w maśle

## Składniki

1 pstrąg z Poliwody  
1 cytryna  
¼ szklanki oleju głubczyckiego  
2 łyżki koperku  
2 łyżki masła z Olesna  
sól  
pieprz

## Przygotowanie

Myjemy i suszymy rybę, po czym dokładnie oczyszczamy ją z łusek. Do środka wkładamy kilka gałązek koperu. Całość solimy i pieprzymy (w środku i na zewnątrz).

Na patelni rozgrzewamy olej. Przez chwilę podsmażamy koper, który później odsuwamy na brzeg patelni. Na środku kładziemy rybę i smażymy z obu stron do zarumienienia. Następnie zmniejszamy gaz, rozpuszczamy na patelni masło i powoli dosmażamy rybę.

Pstrąga podajemy z ziemniakami z wody, posiekanym koperem oraz plasterkami cytryny.

czas przygotowania: 30 minut | liczba porcji: 1

Nad Stawem Bogacica



  
Szlak kulinarny  
Opolski Bifjy

