

Táplált pisztráng kapormájrtájszal

Szerző: Esther
 2008. december 24.
 Utolsó frissítés 2009. január 20.

- 4 db nagyobb tisztított, filézett pisztráng
- 15 dkg apróra vágott olívabogyó
- 1 fej vöröshagyma
- 1 db szikkadt zsemle
- 1 db tojás
- 1 dl tej
- olívaolaj, vaj
- só, bors, citrom
- 4 dl tejföl,

- 1 gerezd fokhagyma

- 1 ek szárított kapor Szézzuk meg enyhén a pisztrángokat, majd keverjük össze a lereszelt vöröshagymát, a tejbe áztatott zsemlet, tojást és jó megaprított oljábogyót. Tápláljuk meg ezzel a masszával a halakat. A vajat olvasszuk fel, és keverjük össze az olívaolajjal, majd a keverékkel kenjük ki egy táplált tájat. A halakat tegyük a tájba. Széssé 20-30 percig, végül szárjuk meg borssal és csepegtessük rá citromlevet.

A májrtájszhoz a visszamaradt zsíradékban meglegátsá fel a tejfölt, adjuk hozzá a szárított kaprot és zott fokhagymát, valamint egy kevés citromlevet és só. Táplál sáráenne, hágá-tsuk egy kevés tejjel. Tetszés szerint kápréttel: táplálsaláttáival, gombás rászszel, vagy kemencés burgonyával tájálhatjuk. Borajánlás: A Borpalota Sauvignon Blanc borát ajánlom hozzá a 2007-es évben. A kettő egytől verhetetlen páros.