



Losos na cesnakovom masle

Ingrediencie

- 4 filety losos
- 4 strúčiky cesnak
- 50 g maslo
- 5 g MAGGI Harmónia chuti
- 1 štipka soľ
- 1 štipka čierne korenie
- 2 lyžičky citrónová šťava

Postup

1. Do hlbšej liatinovej panvice dajte rozpustiť maslo, vhodte do nej 4 celé olúpané strúčiky cesnaku a na miernom ohni ich nechajte asi 5 minút restovať. Nemôžu sa začať pripaľovať.
2. Teraz z panvice vyberieme orestovaný cesnak. Pokiaľ nie je masla dosť, tak k nemu ešte lyžicu pridajte.
3. Do ochuteného masla dajte smažiť osolené a okorenené filety lososa, ktoré na panvici zľahka dokořeňte MAGGI Harmóniou chuti.
4. Filety opekajte 2 minúty z každej strany a nakoniec pokvapkajte citrónovou šťavou.
5. Podávajte so skorými zemiakmi a petržlenovou vňaťou.

		30
		4 porcie
sacharidy	0.27 g	
energie	375.23 kcal	
tuky	22.84 g	
proteín	39.86 g	