



Pečený kapr s ředkvičkovým a kedlubnovým salátem

Křupavý pečený kapr doplněný svěžím salátem z ředkviček a kedlubny. Lehké a rychlé jídlo plné jarní chuti.

Tento recept jsme vytvořili dříve a jeho slevy už skončily. Ceny a dostupnost surovin nemusí odpovídat aktuální nabídce. Aktuální recepty ze slev najdete na potravinka.cz/recepty.

#Večeře #Ryba #Lehké

⌚ Příprava 15 min · Vaření 25 min Střední 👤 2 porce 🔥 420 kcal/porce

Na porci: 0 38 g bílkovin ₪ 10 g sacharidů 0 24 g tuků

Suroviny

	Kapr obecný půlený bez kůže chlaz. váž. · 0.5 kg Potřeba: 500 g	117,04 Kč ↓ Nejnižší cena 
	Ředkvičky s natí čerstvé 1 ks svazek · 200 g Potřeba: 1 svazek (200 g)	13,33 Kč 
	Kedlubna čerstvá 1 ks · 200 g Potřeba: 1 ks (200 g)	16,69 Kč 

Co ještě přidat

	aro Olej olivový Virgin 1 l · 1 l Potřeba: 3 lžíce	168,48 Kč 
	Citron 1 ks · cca 160 g Potřeba: 1/2 ks	11,53 Kč 
	SOLSAN mořská sůl s jódem 1 kg · 1 kg Potřeba: podle chuti	28,90 Kč 
	Mr. Pepprna Pepř černý mletý 530 g · 530 g Potřeba: podle chuti	360,64 Kč 

Postup

- 1** Kapra osolte, opepřete a pokapejte citronovou šťávou, nechte 10 minut odležet.
- 2** Pečicí plech vyložte pečicím papírem, pokapejte olejem a položte na něj kapra kůží dolů.
- 3** Pečte v troubě předehřáté na 200 °C asi 20 až 25 minut do zlatava a měkka.
- 4** Mezitím omyjte a nakrájejte na tenké plátky ředkvičky i kedlubnu.
- 5** Zeleninu smíchejte v míse, osolte, přidejte olej a trochu citronové šťávy, promíchejte.
- 6** Upečeného kapra podávejte teplého se studeným zeleninovým salátem.

Tip: Salát ozdobte natí z ředkviček, dodá pokrmu svěžest a barvu.



Otevři recept v telefonu

Naskenuj kód a měj recept i seznam surovin po ruce, s cenami a možností přidat vše do košíku.