

File Srí Lanka

Kategorie: Ryby

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

600 g rybího filé

1 lžíce oleje

šťáva z půlky citronu

2 stroužky česneku

zázvor

skořice

hřebíček

koriandr

kurkuma

kari koření

kmín

chilli

4 rajčata

konzerva bambusových výhonků

Postup

1. Z oleje, rozetřeného česneku a tlučeného nebo mletého koření připravím marinádu, vložím do ní rybu a nechám nejméně hodinu marinovat.

2. Pak každou porci filetu vložím do alobalu, přidám nakrájené rajče a bambusové výhonky. Pevně zabalím a dám péct do dobře vyhřáté trouby asi na 20-30 min. K tomu rýže nebo brambory.