



## PIECZONY PSTRAĞ Z ZAPIEKANYMI WARZYWAMI I OLIVKAMI

### SKŁADNIKI

- 400 g małych ziemniaków, obranych i przekrojonych na pół
- oliwa z oliwek
- sól i świeżo zmielony pieprz do smaku
- 2 małe szalotki, pokrojone na ćwiartki
- 1 czerwona papryka, pokrojona na grube plastry
- 2 pstrągi, filetowe
- sok z 2 cytryn
- pęczek pietruszki, porwanej na większe kawałki
- 20 g masła ziołowego
- 50 g suszonych pomidorów, grubo posiekanych
- 100 g zielonych oliwek nadziewanych papryką pimiento
- 100 g mieszanki zielonych sałat (opcjonalnie)

### PRZYGOTOWANIE

1. Rozgrzej piekarnik do 180 °C.
2. Gotuj ziemniaki w 2-litrowym naczyniu iCook przez 10 minut. Odcedź ziemniaki i umieść je w średniej Misce do mieszania iCook. Pokrop oliwą z oliwek i przypraw solą i pieprzem do smaku. Wyłóż blachę papierem do pieczenia tak, aby wystawał z każdej strony i można było z niego uformować w kolejnych krokach paczuszkę.
3. Ułóż na papierze ziemniaki, szalotki i plastry papryki i piecz przez 5 minut, aż staną się chrupkie.
4. Oczyszcz pstrąga i sprawdź, czy zostały usunięte wszystkie ości.
5. Umieść go na warzywach i dopraw solą oraz pieprzem. Polej go sokiem z cytryny i posyp pietruszką. Złóż papier do pieczenia, aby uformować paczuszkę i upewnij się, że wszystkie brzegi są szczelnie zamknięte. Piecz przez 10–12 minut.
6. Aby sprawdzić, czy pstrąg jest upieczony, rozłóż papier. Jeśli ryba jest zarumieniona i skóra zaczyna odchodzić, oznacza to, że jest gotowa. W przeciwnym razie ponownie złóż papier i włóż rybę do piekarnika jeszcze na kilka minut.
7. Wyjmij rybę z piekarnika. Wyjmij paczuszkę z blachy, odstaw na bok i rozwiń papier. Następnie połóż masło ziołowe na rybę, póki jest gorąca.
8. Polej ciepłą jeszcze blachę oliwą z oliwek i umieść w niej upieczone warzywa oraz pstrąga. Dodaj suszone pomidory i piecz, aż warzywa staną się chrupkie. Wyjmij blachę z piekarnika, dodaj oliwki i odstaw na kilka minut. Podawaj na ciepło.

Opcjonalna przystawka: świeża zielona sałata przyprawiona oliwą z oliwek i solą