

Peceni oslic iz rerne



težina: **srednje**

za: **4 osoba**

vreme pripreme: **60 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **1 kg** ribe oslic (haki)
- **1 kg** krompira
- **500 g** šampinjona
- **10 kašika** kukuruznog brašna
- **2 kašike** alevne paprike - slatke
- **malo** ulja
- **po ukusu** soli
- **po ukusu** suvog biljnog zacina
- **po ukusu** ružmarina
- **po ukusu** origana

Priprema

Ribu možemo koristiti svežu ili zamrznutu. Ocistimo je i usolimo vece pre spremanja je najbolje. Može i par sati pre pečenja. U tanjir sipamo kukuruzno brašno i alevu papriku i promešamo. Ribu dobro uvaljamo u smesu sa svih strana.

Veci pleh obložimo pek papirom i uvaljanu ribu reamo u pleh. Zatim oljuštimo krompir i isecemo na kockice, a šampinjone operemo. Posolimo i reamo u pleh oko ribe. Odozgo zacinimo ružmarinom i origanom. Ružmarin ovoj ribi daje posebnu aromu. Sve zajedno preliti sa malo ulja, svega 2-3 kašike. Riba ce pustiti svoj sok i biti preukusna.

Stavimo u zagrejanu rernu na 250 C i pecemo nekih 30 minuta. Šampinjoni ce malo pustiti vodu, ali ce to tokom pečenja ispariti. Ribu nije potrebno okretati, jer lepo porumeni sa obe strane. Kada riba dobije zlatnu boju

isključiti. Servirati uz zelenu salatu! Prijatno!

Savet

Ovako spremljena riba je zdrava, jer nije masna od pržena, a jako je i ukusna...