

Orada pecena u kesi bez masnoce



težina: **lako**

za: **2 osoba**

vreme pripreme: **60 min**

Sastojci

Glavni sastojci:

- 1orada
- malosoli
- malomešavine mediteranskog zacinskog bilja
- maloitalijanske mešavine zacina
- maloljute sudžuk paprike
- 4 režnjamariniranog suvog paradajza
- 2krompira
- 1manja šargarepa
- 2 ceri paradajza iz salate ili sveža
- 1 kesa za pečenje

Priprema

Navece, pre spavanja izvadite oradu iz zamrzivaca da se na sobnoj temperaturi polagano odmrzne. Narednog dana oradu ocistite od krljušti (uspela sam nabaviti veoma dobar nož za skidanje krljušti) te kuhinjskim makazama odsecite perajice. Neko voli ribu sa glavom, ali ja obavezno odstranim glavu i škrge. Oradu isprati pod tekucom vodom i kuhinjskim ubrusom dobro osušiti.

Oradu posoliti sa svih strana i utrljati suve zacine koje ste prethodno izmešali. Krompire oprati, oljuštiti i iseci na sitne kocke kao za pire, te staviti kuvati u slanu vodu. Šargarepu oprati, oljuštiti i iseci na tanke kolutove ili polukolutove zavisno od velicine kolutova (ako je šargarepa šira onda seci na polukolutove) te kuvati u slanoj vodi. Bitno je da se ni krompir ni šargarepa ne raskuvaju. Kuvani krompir i šargarepu dobro procediti, a možete ih prebrisati kuhinjskim ubrusom da ima što manje vlage.

Krompir i šargarepu posoliti. Marinirani suvi paradajz sitno iseckati. U kesu za pečenje posložiti kuvani krompir i šargarepu, iseckan marinirani paradajz i na to staviti zacinjenu oradu. Na kraju dodati ceri paradajz. Kesu zatvoriti sa kopcom.

Na više mesta iglom izbušiti kesu za pečenje. Kesu sa oradom staviti na tepsiju iz rerne i staviti peci u zagrejanu rernu na 200 stepeni i peci 30 minuta. Tepsiju izvaditi iz rerne, kesu oprezno zarezati, povrce prebaciti na tacni za posluživanje, a ribu isfiletirati (osloboditi od glavne sredipnje kosti) i staviti na povrce.

Savet

Prijateljica mi je stalno prijala kako ona koristi kese za pečenje da joj se rerna ne bi uprljala od prskanja. I tako i ja sam odlučila da kupim kese i da ih isprobam. Imala sam želju da pripremim ribu i tako je orada bila moj eksperiment sa kesama za pečenje. Kako je za pečenje ribe potrebno malo vremena (max 30 minuta) priloge sam ipak odlučila prvo prokuvati pa onda staviti u kesu da se sa ribom ispee. Nikada nisam ni pomislila da bilo koja namirnica bez imalo masnoe može biti toliko ukusna (ja stvarno volim okus maslinovog ulja) da u uskoro i brancin spremati na taj nain možda promenim nešto kod priloga da bude interesantnije.