Grilovaný losos s cuketovými tzatziky

Recepty

Hlavné chody

Grilovanie

0 min

0



3.0

1141

Budete potrebovať

Príprava receptu

300 g lososa
2 ČL Vitana korenia Ryby
Olivový olej
2 hrste bulguru
2 hrste rukoly
2 paradajky
1 baklažán

soľ

Cuketové tzatziki:
cca 1 – 2 cukety (250 g vyžmýkanej nastrúhanej cukety)
400 g bieleho jogurtu
3 ČL Vitana korenia Tzatziki

Ako prvé si pripravíme cuketové tzatziki. Polovicu cukety nastrúhame na jemno, druhú na hrubšie. Vyžmýkame, pridáme jogurt, vmiešame Vitana korenie Tzatziki a odložíme do chladničky. Bulgur prepláchneme vriacou vodou a dáme variť do slanej vody. Lososa izbovej teploty potrieme olivovým olejom, posypeme Vitana korením na ryby a na rozpálenom grile opečieme z oboch strán. Paradajku a baklažán potrieme olivovým olejom, osolíme a ugrilujeme.