

## Treska na karotce a pórku

<b>Čas přípravy</b>	1 hodina
<b>Počet porcí</b>	4
<b>Ingredience</b>	4 filety tresky 6 ks karotky 1 ks pórku kmín máslo olivový olej sůl
<b>Příloha</b>	jáhly sušená rajčata

### **Postup**

Filety tresky osolíme a posypeme kmínem.

Karotku s pórkem omyjeme a nakrájíme na kolečka.

V zapékačí misce si rozpálíme olej a přidáme nakrájenou zeleninu, necháme ji lehce orestovat (cca 7 minut) osolíme, poté na ni položíme filety a část zeleniny položíme navrch filet, aby chuť prostoupila do masa. Navrch nakrájíme pár plátků másla, podlijeme vodou a necháme dusit dokud ryba nezměkne (cca 30-40 minut). Průběžně kontrolujeme, aby se nám zelenina nepřipálila.

Jáhly propláchneme pod tekoucí vodou, vložíme do hrnce, osolíme, zalijeme horkou vodou a vaříme asi 15 minut. Nakrájíme si sušená rajčata a ta zamícháme do hotových jahel.

