

Kokonainen kuha uunissa

Ainesosat



4 annosta



Korkeintaan 60
minuuttia



Kala

Kokonainen kuha uunissa

- 1 kuha
- 1 sitruuna
- 1 dl lehtipersiljaa
- hienoa merisuolaa
- 4 valkosipulia
- 1 punainen chili pilkottuna
- 1 fenkoli ohuina viipaleina
- 1 rkl sitruunamehua



Resepti työvaiheittain

Puhdista pyyntituore kuha, tee kylkeen viiltoja. Hiero mausteet ja suola pintaan, lisää persiljaa, valkosipulia ja sitruunaa kalan sisään. Kypsennä voidellussa uunivuoassa 180 asteisessa uunissa n. 30 - 40 min. Kun laitat kalan tarjolle, lisää vielä pintaan sitruunaa maun mukaan, sekä silputtuja yrtejä.

Soveltuu lapsille: ei

Soveltuu kasvissyöjille: ei

Ohjelmasta

Sara Chafak suolasta
sahramiin

Reseptin luoja:

Sara Chafak

