halászlé se sumečkem

13. 12. 2017 • Bezlepkové receptury
10 porcí (dospělý)

ingredience

- 300 g Filety ze sumečka afrického
- 2500 ml Zeleninový vývar
- 100 g Cibule
- 200 g Rajčata loupaná
- 370 g Paprika zelená

- 50 g Olej řepkový
- 15 g Sůl
- 10 g Paprika lahůdková
- 1 g Pepř

postup

1. Na oleji orestujeme cibuli, po chvíli zaprášíme paprikou, chvíli restujeme, ale opatrně, aby se paprika nepřipálila a nezhořkla. Podlijeme zeleninovým vývarem a povaříme 20 minut.
2. Přidáme překrájená rajčata, na proužky nakrájenou papriku a vaříme dalších 20 minut.

3. Sumečka nakrájíme na malé kostičky, osolíme, zakápneme olejem a dáme péct do trouby na 180 st. celsia na cca 10 minut.
4. Opečené maso vložíme do uvařené polévky. Dle potřeby dochutíme.

Zdroj: **Bidfood, Bohemia Fishing Farm**