



## Пъстърва със зеленчуци

### Съставки

- 3 риба пъстърва
- 250 г паста
- 50 мл сметанат за гответе
- 250 мл вода
- 1 MAGGI® Идея за Макарони със зелени зеленчуци 35г
- 2 с.л. зехтин
- 1 лимон
- 1 щипка черен пипер
- 1 щипка сол

### Указания

1. Вземете фолио и го изрежете според дължината на рибата, като оставите разстояние за да завиете рибата. Направете тънки разрези на рибата. Плейте със струя зехтин. Поръсете със сол и черен пипер. Сложете малки резени лимон в разрезите. Завийте рибата във фолиото. Всяка риба се опакова отделно във фолио.
2. Пуснете фурната предварително за да се затопли на 200 градуса. Рибата е готова за около 15 минути. Ако желаете да има хрупкава коричка, отвийте фолиото и 5 минути запечете на горен реотан.
3. Добавете чаена лъжичка сол и макароните. Варете ги 8 минути. Сосът с 9 зеленчуци пригответе последен, защото му трябва 3-4 минути. Разтворете MAGGI® идея за Макарони със сос от 9 зеленчуци във смесените сметана и вода. Разбъркайте добре. В тиган сложете малко зехтин и соса. Сгъсти соса до желаната от вас гъстота.
4. Подредете чинията като сложите една пъстърва, макарони и сос. Поднесете топло и с усмивка.

40 мин.

3 порции

Въглехидрати	63.88 g
Енергия	404.56 kcal
Мазнини	13.44 g
Протеин	13.44 g