

Zapečená cataplana se slávkami a krevetami

Celkový čas vaření **85 min.** 25 min. Doba přípravy **60 min.** Doba vaření

Nutriční hodnoty (na porci):
2.589 kJ / 617 kcal

Tuky: **22,9 g** Bílkoviny: **42,9 g**
Sacharidy: **45,6 g**

INGREDIENCE

4 Porce

1 kg čerstvých slávek
8 velkých syrových krevet,
s hlavou a skořápkou
500 g pevných brambor
1 cibule
1 stroužek česneku
80 g slaniny (plátky)
400 g soudkových rajčat
2 papriky (žlutá a červená)
6 polévkové olivového oleje
lžíce
2 čajové sladké papriky
lžičky
1 polévková rajčatového protlaku
lžíce
250 ml bílého vína
200 ml rybího vývaru
2 bobkové listy
4 polévkové Kikkoman Sójová omáčka
lžíce přirozeně fermentovaná
tekuté ochucovadlo
1 špetka cukru
3 snítky tymiánu
0,5 svazku svazku čerstvého
koriandru (listy)
2 polévkové listů hladkolisté petržele
lžíce

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

Vložte mušle a krevety do studené vody.

Krok 2

Omyjte, oloupejte a nakrájejte brambory na malé kousky. Poté omyjte papriky a soudková rajčata a také je nakrájejte na malé kousky.

Krok 3

Hrubě nakrájejte slaninu. Oloupejte a nasekejte cibuli a česnek a restujte je v hrnci na mírném ohni spolu se zbytkem olivového oleje a slaninou.

Krok 4

Přidejte rajčatový protlak, papriku a bobkové listy. Přilijte bílé víno a nechte tekutinu zredukovat na polovinu.

Krok 5

Předehejte troubu na 200 °C.

Krok 6

Nyní přidejte rajčata, papriky, brambory a krevety. Přilijte rybí vývar a dochutěte cukrem a sójovou omáčkou Kikkoman.

Krok 7

Přidejte slávky a krevety do hrnce a pečte společně

v troubě na prostřední mřížce.

Krok 8

Mezitím nasekejte koriandr a petržel a otrhejte lístky tymiánu. Před podáváním posypte čerstvými bylinkami.