

## WORTH TO EAT...

Food blog

### Candát s ořechovo-bylinkovou krustou a citronovým rizotem

#### Potřebujeme:

- 2 filety z candáta (250 g)
- 2 polévkové lžíce strouhaného parmazánu
- 30g nepražených nesolených kešu
- 1 lžička nastrouhané citronové kůry
- čerstvé bylinky (hladkolistá petželka a šalvěj)
- 2 stroužky česneku
- 1 lžíce olivového oleje
- sůl, pepř
- větvička cherry rajčat
- rizoto
  - 300 g rýže arborio
  - 150 ml bílého vína
  - 50 g másla
  - 40 g nastrouhaného parmazánu
  - 1 šalotka
  - 900 ml zeleninového vývaru
  - šťáva z 1 citronu
  - jemně nastrouhaná kůra z jednoho citronu
  - chilli vločky



#### Jak na to:

Začneme tím, že se pustíme do přípravy rizota. Nejprve si uvaříme zeleninový vývar. Ve vyšší pánvi si na kousku másla zpěníme šalotku (zbytek másla si uschováme, ještě ho budeme potřebovat). Cibulku opečeme dosklovata. Než nám začne zlátnout, přidáme rýži (neproplachujeme). Rýži lehce osmahneme v připraveném základu, poté zalijeme bílým vínem a za stálého míchání necháme víno odpařit. Do rýže pomalu přidáváme za neustálého míchání vývar, vždy naběračku po naběračce, když se odpaří, přidáme další a tak dále a tak dále až do doby než je rýže úplně měkká. Když je rýže měkká, rizoto odstavíme a ještě do horkého rizota vmícháme citronovou kůru, citronovou šťávu, zbytek másla a nastrouhaný parmazán. Dle potřeby dosolíme a posypeme lehce namletými chilli vločkami.

Troubu předehřejeme na 180°C. Zatímco se rozehřívá, připravíme si směs na krustičku. Do

Dobrou chuť ♥

## WORTH TO EAT...

Food blog

sekáčku potravin vložíme nasekané bylinky, kešu ořechy, prolisovaný česnek, lžičku citronové kůry, dvě lžíce parmazánu, lžíci olivového oleje a vše společně pomeleme.

Candáta položíme na pečící papír lehce potřeny olivovým olejem, osolíme, opepříme a nakonec na něj navrstvíme v hojné vrstvě připravenou směs. Do pekáčku k rybě přidáme i cherry, která také posolíme a opepříme rajčátka a oboje pečeme cca 20 min. Přesný čas se může mírně lišit, podle toho, jak Vám peče trouba, ale pozor aby nebyl candát vysušený.

Podáváme s citronovým rizotem navrch ozdobeným hoblinkami citronové kůry a chilli vločkami.