



## Salata s mora

U morskim delicijama uživajte tijekom cijele godine. Popečene filete lista i skuhanе kozice marinirajte mješavinom začina, grožđica i pinjola, a poslužite uz listove cikoriје, ploške krastavca i sir ribanac.

### Sastojci

#### Broj osoba: 4

- 4 fileta lista
- 3 žlice Pšeničnog oštrog brašna tip 400 Podravka
- 2 žlice ulja
- 500 g kozica

#### Za marinadu:

- 5 žlica maslinova ulja
- 100 g ulja
- 1 žlica grožđica
- 30 g pinjola
- 1/2 žličice [Vegete mediteran](#)
- 1 list lovora
- 120 g bijelog vinskog octa
- 100 ml vode
- sol
- papar

#### Za posluživanje:

- 1 cikoriја (4 lista)
- 1 svježi krastavac
- sir ribanac narezan na listiće
- 4 kriške limuna



Vrijeme pripreme: 40 min

Energetska vrijednost: 557 kcal / 2328 kJ

Zahtjevnost:

### Priprema

1. Filete lista uvaljajte u brašno i popecite na zagrijanom ulju.
2. Pečene filete odložite na upijajući papir.
3. Na zagrijanom maslinovom ulju popecite luk narezan na ploške, dodajte namočene i ocijedene grožđice, pinjole, Vegetu mediteran i lovorov list te zalijte octom, vodom, pospite i popaprite.
4. Kozice kuhajte oko 10 minuta, a zatim im skinite ljusku.
5. Pečenoј ribi dodajte kuhane kozice te prelijte pripremljenom marinadom.
6. Salatu ostavite nekoliko sati u hladnjaku.

### Posluživanje

Ribu poslužite s kozicama prelivenu marinadom s listovima cikoriје, ploškama krastavca i sirom ribancem.





## Salata s mora

---

Ukrasite kriškama limuna.

### Savjet

Ovu salatu možete pripremiti dan ranije i čuvati u hladnjaku.

### Moja bilješka

