



Truita al romaní

Receptari primavera. Diputació de Barcelona.

Ingredients per a quatre persones

- 4 truites de riu de ració
- 4 cullerades soperes d'oli d'oliva
- 1 iogurt natural
- 1 llimona
- 1 ceba petita
- 1 cullerada petita de romaní en pols
- Sal i pebre



Elaboració

1. Es netegen, es salen i es col·loquen en una plata les truites. Es ruixen amb oli i es posen a coure al forn a 180° durant 20 minuts (també es podrien fer a la brasa).
2. A part, es talla la ceba molt petita i es barreja amb el iogurt, el suc de llimona i el romaní. Es condimenta amb sal i pebre.
3. Es serveix la truita molt calenta amb la salsa freda.