**PIKANTNÍ TRESKA S KUSKUSEM**

Kdo říká, že Halloween musí být jen o sladkostech? Tento svátek je ideální pro různé kulinářské experimenty, ve kterých se meze nekladou. Tak proč nevyzkoušet třeba netradiční pokrm z ryby?

Pikantní treska s kuskusem je skvělým příkladem, jak spojit vynikající chutě a atmosféru Halloweenu. Aby byl váš pokrm dokonalý, využijte filé z aljašské tresky Mylord Premium. Ryba je lahodná a má výbornou strukturu i výživové hodnoty, takže si na jídle pochutnáte a zároveň načerpáte potřebné živiny.

2 porce

Příprava: 45 minut

**INGREDIENCE NA TRESKU:**

2 filé z aljašské tresky [Mylord Premium](https://www.mylord-premium.cz/cs/porce-z-file-z-aljasske-tresky)

½ lžíce olivového oleje

1 lžička medu

1 hrstka nasekané petrželky

1 hrstka nasekaného koriandru

citron na zakápnutí

sůl a pepř

**INGREDIENCE NA RUB:**

1 a ½ uzené papriky

2 lžičky drcené sušené cibule

1 lžička sušeného česneku

½ lžičky sušeného tymiánu

½ lžičky sušeného oregana

špetka kajenského pepře

**INGREDIENCE NA KUSKUS:**

50 g kuskusu

75 g kuřecího vývaru

1 paprika

10 cherry rajčátek

2 jarní cibulky

1 lžíce olivového oleje

sůl a pepř

**Příprava:**

1. Nejprve nechte filé z tresky povolit. Poté rybu osušte a připravte si rub z koření. Do misky dejte všechny suché ingredience a promíchejte je.
2. Troubu rozehřejte na 180 °C a pekáček si vyložte pečícím papírem. Tresku pokapejte olivovým olejem a ten po obou stranách rozetřete. Rybu ze všech stran obalte v rubu, přendejte do pekáčku a navrch zakápněte medem. Pečte asi 12 minut.
3. Mezitím si připravte kuskus. Přibližně 10 minut jej nechte v rendlíku bobtnat s horkým vývarem. Nakrájejte papriku, rozpulte rajčátka a nasekejte jarní cibulku (zelenou část si nechte na ozdobu).
4. Na pánvi na olivovém oleji orestujte zeleninu, poté ji promíchejte s kuskusem a dochuťte solí a pepřem. Přendejte na talíř, ozdobte zelenou částí jarní cibulky a přidejte upečenou pikantní tresku. Ještě zakápněte olivovým olejem a ozdobte nasekanou petrželkou a koriandrem. Na závěr dochuťte šťávou z citronu.

Dobrou chuť!

*Připraveno ve spolupráci s*[*www.slepicarna-blog.cz/Štěpánem*](http://www.slepicarna-blog.cz/%C5%A0t%C4%9Bp%C3%A1nem) *Vašákem.*