**Treska puttanesca**

Treska obecně patří mezi nejchutnější ryby. Má málo tuku a je bohatá na různé živiny a minerály, díky čemuž je oblíbenou ingrediencí ve zdravé kuchyni. [Aljašská treska Mylord Premium](https://www.mylord-premium.cz/cs/filety-z-aljasske-tresky) je lovena v čistých vodách severního Tichého oceánu, kde je díky přísnému systému kvót na výlov zajištěna její udržitelnost a obnova populace. Ledová voda, v níž tato ryba žije, jejímu sněhově bílému masu navíc dodává jedinečnou texturu a vynikající chuť.

Po výlovu je treska na lodi ihned filetována a zmrazena, což představuje nejlepší způsob, jak zachovat její čerstvost, strukturu a výživové hodnoty. Ve výrobě v České republice jsou tyto filety následně baleny do finálních výrobků, a to stále ve zmraženém stavu, abyste si mohli vychutnat rybu v té nejlepší kvalitě.

**Ingredience:**

600 g [aljašské tresky Mylord Premium](https://www.mylord-premium.cz/cs/filety-z-aljasske-tresky)

3 stroužky česneku

3 filety ančoviček

plechovka rajčat

0,5 lžičky sušeného oregana

0,5 lžičky sušeného tymiánu

100 g černých oliv

2 lžíce kapary

0,5 hrnku bílého vína

sůl a pepř

olivový olej

čerstvá bazalka

**Příprava:**

1. Česnek nakrájejte na plátky. Do hluboké pánve nalijte 2-3 lžíce olivového oleje a orestujte česnek a filety ančoviček. Vše restujte zhruba minutu. Následně do pánve nalijte bílé víno a napůl ho nechte vyvařit.
2. Do základu přidejte drcená rajčata, oregano, tymián a dochuťte solí. Omáčku 10 minut povařte a mezitím si rozehřejte troubu na 200 stupňů. Po deseti minutách do omáčky přidejte olivy, kapary a osolené kousky tresky.
3. Pánev s treskou dejte do předehřáté trouby zhruba na 10 minut. Hotové jídlo ozdobte čerstvou bazalkou a můžete servírovat.

Dobrou chuť!

*Připraveno ve spolupráci s Garden.and.Kitchen*