

Pește la tigaie cu sos de roșii – Un preparat spectaculos, rapid și super gustos



Pește la tigaie cu sos de roșii



V-am pregătit o rețetă care **vă va cuceri** papilele gustative: **Pește la tigaie cu sos de roșii**. Rapid și super gustos. În doar câteva minute, aveți **un preparat spectaculos**, perfect pentru orice ocazie. Serviți-l cu o garnitură ușoară sau pur și simplu cu pâine proaspătă, pentru a savura fiecare picătură de sos.

Ingrediente sunt mai jos în descriere, iar rețeta pas cu pas este prezentată în video.

- 2 bucăți doradă
- 200 g roșii cherry
- 1 castravete murat
- 100-150 g măsline
- 5-6 căței de usturoi
- 1/2 legătură pătrunjel
- 1/2 legătură mărar
- 50 ml apă

- 50-60 ml ulei de măsline
- 100-150 ml vin
- 2 lingurițe pastă de tomate
- 1 linguriță zahăr
- 1 linguriță rasă piper
- 1 linguriță rasă fulgi de ardei iute
- 1 linguriță oregano uscat
- 5 g sare

1. Începem cu dorada, pe care o filetați cu grijă. Apoi trecem la sosul magic: încălzim ulei de măsline într-o tigaie și adăugăm usturoiul pentru a elibera aromele divine. Urmează roșiile cherry și castravetele murat tăiat mărunt. Amestecăm bine.
2. Adăugăm pasta de tomate, fulgii de ardei iute, oregano, o linguriță de zahăr pentru a echilibra aciditatea și, bineînțeles, sare și piper după gust.
3. Lăsăm sosul să scadă sub capac câteva minute, timp în care aromele se combină și se intensifică.
4. Acum, e timpul să gătim dorada. Așezăm fileurile de pește în sos și lăsăm totul să se gătească încet, timp de aproximativ 7 minute. Dorada se va îmbiba cu toate aromele sosului, devenind fragedă și suculentă.