

Tosty z tłuczonym groszkiem i wędzonym pstrągiem

Składniki:

- 2 kromki chleba razowego z ziarnami
- 50g pstrąga wędzonego bez skóry
- 70g groszku rozmrożonego
- łyżka oleju rzepakowego
- łyżka świeżych listków koperku i oregano
- sól do smaku

Wykonanie:

Rozmrożony groszek przesyp do miseczki, dodaj łyżkę oleju rzepakowego i rozgnieć za pomocą widelca (dopraw groszek szczyptą soli).

Porwij w dłoniach koperk i oregano na mniejsze kawałki i przetóż do drugiej miseczki.

Kromki chleba upiecz na chrupko w tosterze, na suchej patelni bądź w piekarniku.

Przekrój kromki na połówki i wyłóż na nie tłuczony groszek. Na wierzch kromek połóż małe kawałki pstrąga wędzonego. Porwany wcześniej koperk i oregano rozłóż równomiernie na przygotowane kromki z groszkiem i rybą.