

Ryba pieczona z warzywami

Przepis dodany przez użytkownika patryshia

Podawać z ziemniakami i sałatą lub dowolną surówką

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- 30 dag filetów rybnych -
- marchewka -
- mała cebula -
- posiekany koperek -
- tymianek -
- sól, pieprz -

Etapy przyrządzania:

1. Filety podzielić na kilka porcji, natrzeć przyprawami, ułożyć na kawałkach folii aluminiowej. Marchewkę obrać, zetrzeć na tarce do jarzyn. Cebulę posiekać. Przykryć porcje ryby warzywami, posypać koperkiem, zawinąć w folię. Upiec w piekarniku nagrzanym do temperatury 180 stopni.

