

Ryba w cytrynie



SASANKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

filet z mintaja	4 sztuki
limonka	1 sztuka
oliwa	3 łyżki
papryczka chili	1 sztuka
sól do smaku	
Pieprz biały mielony Prymat	
sałata lodowa	1 sztuka
ogórek zielony	1 sztuka
cebula biała	1 sztuka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mieszamy sok z limonki z oliwą z oliwek, pieprzem, solą do smaku i częścią tej marynaty zalewamy rybę, odstawiamy ją na godzinę

Rybę pieczemy w naczyniu żaroodpornym, najpierw pod przykryciem (folia aluminiowa) a następnie na sam koniec pieczenia odkrywamy je.

Pieczemy przez 20-25 minut w temp 160 stopni

Sałatę, ogórka i cebulę kroimy na małe kawałki, mieszamy z resztą marynaty, podajemy z rybą