

dorsz z zieloną sałatką i ziemniakami



PCHELKA79



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

ziemniaki młode	400 g
awokado	2 sztuki
groszek cukrowy	100 g
selera naciowego	2 łodygi
sok z cytryny	
mąka	2 łyżki
sól	
pieprz	
Papryka słodka mielona Prymat	
oregano	
filet z dorsza	3 sztuki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

ziemniaki dokładnie szorujemy, mniejsze kroimy na pół, większe na ćwiartki, polewamy oliwą, dodajemy sól, pieprz, paprykę i oregano, mieszamy, pieczemy w piekarniku rozgrzanym do 180 stopni celcjusza przez ok. 30 min, ryby skropić sokiem z cytryny, przyprawić solą i pieprzem, obtoczyć w mące i smażyć na złoty kolor, awokado kroimy wzdłuż na pół, następnie w plasterki, rozkładamy na talerzach, na awokado układamy groszek i pokrojony w półksiężycy seler naciowy, sałatkę polewamy oliwą, sokiem z cytryny, przyprawiamy solą i pieprzem, obok sałatki układamy dorsza i ziemniaki