

Sandacz pieczony



ILONAALBERTOS



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

sandacz	1-1,5 kg
cebula	2 sztuki
cytryna	1 sztuka
seler naciowy	1/2 sztuki
marchew	2 sztuki
brokuły	1 róża
masło	5 dag
sól	do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Sandacza należy sprawić, następnie odfiletować i ponacinać w poprzek. Oprószyć solą i pieprzem, obłożyć cebulą, skropić sokiem z cytryny i dostawić na godzinę do lodówki. Marchewkę należy pokroić w cienkie plastry, brokuły na różyczki, selera w talarki. Filety należy ułożyć na folii aluminiowej, obłożyć warzywami, na wierzchu ułożyć masło. Folię należy zawinąć, rybę upiec w nagrzanym do 200 stopni piekarniku.