

Ryba po grecku inaczej



RENATAZ-ET



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

filety z ryby (np mintaj)	3 szt
marchew	2 szt
pietruszka	2 szt
cebula	2 szt
przecier pomidorowy	2 łyżki
majonez	3 łyżki
olej	2 łyżki
pieprz	do smaku
sól	do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Marchewkę i pietruszkę utrzeć na tarce jarzynowej, cebule drobno posiekać. Wszystko razem połączyć, dodać przecier pomidorowy, 3 łyżki wody, sól, pieprz i olej- wymieszać. Wyłożyć do naczynia żaroodpornego, wyrównać. Rybę skropić cytryną, natrzeć solą i pieprzem i ułożyć na warzywach, zalać majonezem. Naczynie przykryć przykrywką i włożyć do nagrzanego piekarnika na około 20-30 minut.