

Ryba pieczona w folii z koperem włoskim i rodzynkami



KAKIAA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

filety z białej ryby morskiej	4 szt.
koper włoski	1 szt.
masło	2-3 łyżki
rodzynki	100 gramów
ocet balsamiczny	1 łyżka
miód	1 łyżka
sól	do smaku
pieprz	do smaku
bulion warzywny	0,75-1 szklanka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Koper włoski pokroić na paseczki, poddusić na maśle razem z rodzynkami. Dodać miód, ocet i bulion. Zredukować sos do 1/4 objętości. Na kawałek folii aluminiowej kłaść po 1 filecie ryby doprawionym do smaku solą i pieprzem. Na każdy filet nałożyć trochę kopru z rodzynkami i sosem, zawinąć, aby sos nie wyciekał. Piec około pół godziny w temp. 180-200stopni. Podawać z ryżem lub ziemniakami z wody.