

ryba zapiekana w warzywach



MONISIA1977



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

ziemniaki ugotowane	1/2 kg
filet z dowolnej ryby	1 kg
sól	
pieczarki	15 dag
cebula	2
papryka	1
pomidor	2
olej	
ser żółty	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

ziemniaki kroimy w plasterki układamy na dnie naczynia wysmarowanego olejem filet oprószamy solą i pieprzem smażymy układamy na ziemniakach cebulę kroimy piórka pieczarki w plasterki paprykę w paski pomidory obieramy ze skórki i kroimy w kostkę na rybie układamy cebulę pieczarki paprykę i pomidory posypujemy solą i pieprzem skrapiamy olejem pieczemy ok 50 min 10 min przed końcem posypujemy startym serem