Panga pod chrzanową pierzynką

SMAKOSZ6

CZAS PRZYGOTOWANIA
30 MIN

ILOŚĆ PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

filety z pangi	2 sztuki
chrzan tarty	3 łyżki
jogurt naturalny	3 łyżki
Pieprz biały mielony Prymat	do smaku
sok z cytryny	3 łyżki
oliwa	1 łyżka
Bułka tarta klasyczna Prymat	3 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Pangę oprószyć z obu stron przyprawą do ryb i pieprzem, polać sokiem z cytryny. Odstawić. Z jogurtu, chrzanu i bułki tartej sporządzić panierkę. Rybę ułożyć na blasze, pokropić oliwą, wstawić do piekarnika nagrzanego do 180 stopni na 30 minut. Po upływie tego czasu na rybie ułożyć panierkę i zapiekać na złoty kolor. Smacznego!