

dorsz grilowany



MYSIUNIA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

filet z dorsza	1
Zioła prowansalskie suszone Prymat	
Pieprz kolorowy ziarnisty Prymat	
sól	
Majeranek suszony Prymat	
olej	4 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

2 godziny przed podaniem marynujemy dorsza. Kładziemy go na folie aluminiową, nacieramy solą morską, pieprzem, ziołami prowansalskimi oraz majerankiem, dodajemy olej. Rybę zawijamy w folię i po ok. 1,5-2 godzinach zaczynamy smażyć ją na grilu. Jest bardzo soczysta i aromatyczna.