

Ryba w miętowym sosie



GRAŻYNA13



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

białe wini, 1/2 szklanki

świeża mięta, 2 łyżki

zielony koperek, 2 łyżki

masło 1 łyżka

bulion warzywny 1/2 szklanki

filety z mintaja 1 kg

olej 4 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Filety skrapiamy sokiem z cytryny, solimy, posypujemy pieprzem i estragonem. Wkładamy do naczynia żaroodpornego wraz z olejem i masłem, wlewamy bulion warzywny. Wkładamy do piekarnika na 170 C na 20 minut. Po tym czasie wlewamy białe wino, wsypujemy miętę i koperek i wkładamy jeszcze na 10 minut do piekarnika. Podajemy z ziemniakami z wody lub białym chlebem.