

Panga w cieście francuskim



IWUSIA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

panga	2 sztuki
ciasto francuskie	1-2 opakowania
jajko	1 sztuka
Pieprz czarny mielony Prymat	do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Filety rybne myjemy i osuszamy następnie z obu stron posypujemy solą i pieprzem. Ciasto francuskie kroimy w płyty nieco większe niż filety. Rybkę układamy wzdłuż na płatach ciasta i boki lekko nacinamy, a następnie pleciemy warkocz. Rybę w cieście smarujemy rozkłóconym jajkiem i pieczemy ok 45 min w temp. 180°C. Taką rybkę polecam podawać z kapustą pekińską - znajduje się przepis w mojej księdze ;) Smacznego !!