

makrela z piekarnika



Autor: **atka24**
Przepisów: **18** Ocena: **409**



1-2 os.



30 min



średnie



przystępne



atka24 | Smaker.pl

Składniki:

- makrela świeża, 3 sztuki
- Papryka czerwona, 1 sztuka
- papryka zielona, 1 sztuka
- cebula, 1 sztuka
- cukinia, 1 sztuka
- peczek pietruszki
- czosnek, 3 ząbki
- oliwa z oliwek, poł szklanki
- sol
- ziemniaki, 3 sztuki

Sposób przygotowania:

- 1 papryki i cebule podsmażyć na oliwie
- 2 ziemniaki obrać i pokroić w grubsze plastry tak jak cukinie
- 3 warzywa wyłożyć na blachę i włożyć do piekarnika na 15 min w 180 stopniach
- 4 pietruszke czosnek zmiksować z oliwą na gładką masę
- 5 na podpieczone warzywa wyłożyć makrele na wszystko wylać sos z pietruszki zapiekać 15 min w 180 stopniach

Twoje notatki do przepisu: