

Ryba pod pieczarkowo - warzywną kołderką



Autor: **Kurka_domowa**
Przepisów: **126** Ocena: **4786**



5-6 os.



60 min



średnie przystępne



Składniki:

- filety rybne (ja użyłam dorsza), ok. 70 deko
- pieczarki, ok. 40 deko
- por (biała część), 1 szt.
- cebula, 1 szt.
- marchewka, 1 duża
- sok z cytryny
- sól, pieprz, przyprawa do ryb, do smaku
- masło, 2 łyżki
- mąka, jajko, bułka tarta, do panierowania

Sposób przygotowania:

- 1 Filety dzielimy na kawałki, skrapiamy sokiem z cytryny, nacieramy solą, pieprzem i przyprawą do ryb - wkładamy na pół godziny do lodówki. Potem panierujemy i smażymy na łyżce masła.
- 2 Pieczarki obieramy i kroimy w półplasterki, pora też. Marchewkę scieramy na tarce jarzynowej a cebulę w kosteczkę. Na patelni rozgrzewamy łyżkę masła i najpierw przez chwilę smażymy cebulkę, potem dodajemy pora i marchewkę a po 2-3 minutach wrzucamy pieczarki - całość doprawiamy do smaku i smażymy razem przez ok. 10 minut.
- 3 Na dno naczynia żaroodpornego nakładamy 1/3 mieszanki pieczarkowo - warzywnej, na niej układamy usmażoną rybę i przykrywamy resztą warzyw. Wkładamy do piekarnika nagrzanego do 175 stopni i zapiekamy przez 15-20 minut

Twoje notatki do przepisu: