



Amur saute

przepisy.pl

 45 minut  3 osoby  Łatwe

Składniki:

- pieprz - 1 szczypta
- sól - 1 szczypta
- mąka - 40 gramów
- oliwa - 2 łyżki
- sok z cytryny - 2 łyżki
- amur - 1 kilogram

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

Sposób przygotowania:

1. Oczyszczonego i wypatroszonego amura umyj, a następnie przekrój wzdłuż na połówki.
2. Usuń ości i pokrój ukośnie na porcje.
3. Posyp pieprzem i skrop sokiem z cytryny. Pozostaw w chłodnym miejscu na 30 minut.
4. Rybę oprósz solą i mąką i usmaż na złoty kolor na oliwie.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl