



przepisy.pl

Dorsz z porami



 60 minut  3 osoby  Łatwe

Składniki:

- polędwica z dorsza - 300 gramów
- średnie pory - 2 sztuki
- oliwa z oliwek - 2 łyżki
- woda - 1 szklanka
- Naturalnie smaczne Lasagne Knorr** - 1 opakowanie
- kasza jaglana - 300 gramów
- mix sałat - 100 gramów
- średnie pomidory - 3 sztuki
- dojrzałe awokado - 2 sztuki
- cytryna - 1 sztuka

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

Sposób przygotowania:

1. Saszetkę Naturalnie Smaczne! Lasagne zalej wrzącą wodą, zamieszaj i pozostaw na 10-15 min.
2. Polędwicę z dorsza umyj i pokrój na cztery kawałki. Pora pokrój w plasterki i podsmaż przez 5 min. na oliwie.
3. Dorsza układaj na kawałkach folii aluminiowej, na wierzchu każdego kawałka połóż 1/4 podsmażonego pora i zalej 1/4 sosu pomidorowego. Całość zawiń w folię. Piecz rybę ok. 15 min. w piekarniku nagrzanym do 180 °C.
4. Wyciśnij sok z cytryny. Pomidory pokrój w kostkę, awokado pokrój w plasterki, połącz w misce z mixem sałat, dopraw sokiem z cytryny i wymieszaj. Gotowe danie podawaj z ugotowaną kaszą i sałatką.

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