



Dorsz z warzywami

przepisy.pl

 30 minut  2 osoby  Łatwe

Składniki:

- filet z dorsza - 1 kilogram
- Przyprawa do kurczaka Knorr** - 2 łyżki
- pomidory - 5 sztuk
- papryka (3 czerwone i 3 zielone) - 6 sztuk
- ząbek czosnku - 2 sztuki
- duże cebule - 2 sztuki
- żółtka jajek - 2 sztuki
- sól - 1 szczypta
- pieprz - 1 szczypta
- cukier do smaku
- olej lub oliwa

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

Sposób przygotowania:

1. Filety z ryby opłucz, oprósz przyprawą Knorr. Zostaw je na około godzinę, żeby się zamarynowały.
2. Włóż filety do garnka z osoloną wodą i zagotuj. Następnie odsącz.
3. Posiekaj cebulę w drobną kostkę i przysmaż ją na patelni do momentu, kiedy się zarumieni. Obierz pomidory i również pokrój je w kostkę. Dorzuć do cebuli i całość duś.
4. Paprykę pokrój w kostkę, przeciśnij przez praszkę czosnek i podsmaż je razem na oliwie. Kiedy papryka zrobi się miękka, dodaj ją do pomidorów i cebuli, następnie wszystko wymieszaj i przypraw pieprzem, cukrem oraz odrobiną soli.
5. Do garnka z warzywami dołóż filety i duś całość na małym ogniu przez około 10-15 minut.
6. W tym czasie zmiksuj żółtka z około 100 ml wody i dodaj je do ryby. Duś jeszcze przez kilka minut. Gotową rybę podawaj z ryżem.

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