



przepisy.pl

Filet z dorsza w ziołowej marynacie



 45 minut  2 osoby  Łatwe

Składniki:

- filet z dorsza - 2 sztuki
- jogurt naturalny (mały) - 150 gramów
- świeża bazylia - 1 szklanka
- ząbek czosku - 1 sztuka
- sól - 1 szczypta
- oliwa - 1 łyżka
- Delikat przyprawa uniwersalna Knorr** - 1 łyżka
- Przyprawa w Mini kostkach Czosnek Knorr** - 2 szczypty
- Przyprawa do kurczaka Knorr** - 1 opakowanie

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

Sposób przygotowania:

1. Rybę opłukać pod bieżącą wodą. Posypać z dwóch stron przyprawą Knorr oraz obłożyć posiekany czosnkiem. Zawinąć w folię aluminiową i odstawić na 30 minut.
2. W czasie marynowania ryby przygotować sos mieszając jogurt naturalny z posiekanymi listkami bazylii i szczyptą przyprawy w Mini Kostkach Czosnek Knorr.
3. Rybę upiec w folii aluminiowej - 180 stopni Celcjusza, ok. 20 minut. Podawać z sosem jogurtowym i ryżem.

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