



Kokosowy mintaj

przepisy.pl

 45 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- filety mintaja - 4 sztuki
- Delikat przyprawa uniwersalna Knorr** - 1 łyżeczka
- ząbki czosnku - 3 sztuki
- cebula - 1 sztuka
- mleczko kokosowe z puszki - 1 szklanka
- curry - 0.5 łyżek
- papryczka chili - 0.5 sztuk
- posiekana natka pietruszki - 2 łyżki
- mąka - 0.5 szklanek
- olej do smażenia - 0.5 szklanek

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

Sposób przygotowania:

1. Cebulę obierz w talarki i zeszklij na oleju. Papryczkę i czosnek posiekaj i dodaj do cebuli. Smaż około 6 minut.
2. Wsyp curry, wlej mleczko kokosowe i duś kolejne 6 minut.
3. Rozmrożoną rybę po osuszeniu oprósz przyprawą Knorr.
4. Następnie pokrój na porcje i obtocz w mące. Usmaż na złoty kolor.
5. Usmażoną rybę włóż do sosu kokosowego i podgrzej wszystko razem. Podawaj posypane natką pietruszki.

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