



przepisy.pl

Kremowa zapiekanka rybna



 45 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- filet z białej ryby - 400 gramów
- Delikat przyprawa uniwersalna Knorr** - 1 łyżeczka
- śmietana 12% - 250 gramów
- cebula - 1 sztuka
- papryka czerwona - 1 sztuka
- groszek zielony - 2 łyżki
- bułka tarta - 4 łyżki
- natka pietruszki - 1 łyżeczka
- tłuszcz do wysmarowania formy - 1 łyżka
- Pieprz czarny z Wietnamu mielony Knorr** - 1 szczypta

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

Sposób przygotowania:

1. Warzywa pokrój w kostkę i przesmaż na rozgrzanej oliwie, dodaj kawałki ryby i śmietanę.
2. Całość dopraw Delikatem Knorr oraz pieprzem.
3. Foremki natłuść margaryną, a następnie nałóż do każdej z nich przygotowaną rybę z warzywami.
4. Wierzch każdej porcji posyp bułką tartą, a następnie naczynka wstaw do nagrzanego do 180 °C piekarnika na 25 minut. Po wyjęciu posyp posiekaną natką.

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