



przepisy.pl

Łosoś z grilla na warzywach - VIDEO



 60 minut  2 osoby  Łatwe

Składniki:

- łosoś w dzwoneczkach - 2 sztuki
- Naturalna Przyprawa do kurczaka łagodna Knorr** - 1 łyżka
- brokuł - 1 sztuka
- marchewka - 1 sztuka
- por - 5 dekagramów
- suszone pomidory - 4 sztuki
- mała cebula - 1 sztuka
- ząbek czosnku - 1 sztuka
- oliwa z oliwek - 3 łyżki
- sól do smaku - 1 szczypta
- Pieprz czarny z Wietnamu mielony Knorr** - 1 szczypta
- masło - 1 łyżka

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

Sposób przygotowania:

1. Naturalną przyprawę wymieszaj z 1 łyżką oliwy z oliwek i natrzyj nią umyte i osuszone dzwoneczki łososia. Odstaw na ok. 30 minut do lodówki.
2. Brokoły podziel na małe różyczki i sparz w osolonym wrzątku. Schłódź w zimnej wodzie, aby nie straciły koloru. Cebulę posiekaj, czosnek pokrój w plasterki, marchewkę, pora i suszone pomidory w paski.
3. Na rozgrzanych 2 łyżkach oliwy zeszklij cebulę i czosnek, dodaj marchewkę i po chwili smażenia wrzuć brokoły i pora. Smaż jeszcze chwilę. Dopraw delikatnie solą i pieprzem.
4. Na kawałkach folii aluminiowej ułóż warzywa, a na nich zamarynowane porcje ryby.
5. Na każdej rybie ułóż paski suszonych pomidorów, połowę łyżki masła i dokładnie zawiń folię. Piecz na rozgrzanym grillu.

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