



przepisy.pl

Mintaj pieczony z papryką

 45 minut  4 osoby  Średnie

Składniki:

- cebula - 2 sztuki
- oliwa z oliwek - 2 łyżki
- pieprz - 1 szczypta
- czerwona papryka - 2 sztuki
- sól - 1 szczypta
- białe wino - 2 łyżki
- sok z cytryny - 3 łyżki
- mielona papryka - 1 szczypta
- natka pietruszki posiekana - 2 łyżki
- żółtka papryka - 2 sztuki
- filety z mintaja - 750 gramów

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

Sposób przygotowania:

1. Filety skrop sokiem z cytryny.
2. Papryki pokrój w plastry, a cebulę w krążki.
3. Cebulę podsmaż na oliwie.
4. Naczynie żaroodporne posmaruj oliwą, ułóż kawałki ryby, papryki i podsmażoną cebulę.
5. Posyp sypką papryką, natką pietruszki i polej winem.
6. Wstaw do piekarnika nagrzanego do 200 stopni na 25 minut.

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