



Ryba po marynarsku

przepisy.pl



 30 minut  3 osoby  Łatwe

Składniki:

- świeże lub mrożone filety z dorsza - 600 gramów
- Gałka muskatołowa z Indonezji Knorr** - 1 szczypta
- Fix Spaghetti 4 sery z brokułami Knorr** - 1 opakowanie
- białe cebule - 3 sztuki
- śmietanka - 200 gramów
- chrzan - 1 łyżka
- olej - 1 łyżka
- Pieprz czarny z Wietnamu mielony Knorr** - 1 szczypta

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

Sposób przygotowania:

1. Pokrój cebule w plastry. Podsmaż krótko na oleju i przypraw pieprzem. Następnie przełóż do naczynia do zapiekania.
2. Ułóż filety rybne na cebuli, lekko oprósz je pieprzem oraz gałką muskatołową.
3. Przygotuj kremowy sos mieszając zawartość opakowania Knorr ze śmietanką. Możesz dodać także łyżkę tartego chrzanu.
4. Polej całość gotowym sosem, następnie wstaw do piekarnika i piecz przez 20 minut w temperaturze 200 stopni. Na koniec dopraw do smaku, jeśli uznasz, że jest to konieczne. Podawaj.

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