



przepisy.pl

Ryba z krewetkami, ananasem i liściem bananowca



 45 minut  6 osób  Łatwe

Składniki:

- filet z tołpygi - 600 gramów
- Przyprawa do ryb Knorr** - 2 łyżki
- krewetki - 200 gramów
- ananas (z puszki) - 1 opakowanie
- ketchup - 5 łyżek
- sok z limonek - 3 sztuki
- ząbek czosnku - 2 sztuki
- świeża kolendra - 1 pęczek
- łodyga trawy cytrynowej - 2 sztuki
- sos sojowy jasny - 2 łyżki
- liście bananowca - 2 sztuki
- czerwona papryczka chili - 1 sztuka
- olej sezamowy - 1 łyżeczka

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

Sposób przygotowania:

1. Ananasa odcedź, a każdy plaster przekrój na pół.
2. Przyprawę Knorr wymieszaj z zalewą po ananasie, ketchupem, sokiem z limonek, posiekanym czosnkiem i chili, sosem sojowym i olejem sezamowym oraz posiekaną kolendrą.
3. Na liściu bananowca połóż zmiążdżoną łodygę trawy cytrynowej. Na wierzchu ułóż cały filet z ryby.
4. Za pomocą łyżki lub pędzla nanieś na rybę wcześniej przygotowany sos. Pozostały sos wymieszaj z krewetkami i kawałkami ananasa.
5. Krewetki i ananasa połóż na rybie. Liście bananowca zwiń jak cukierek i przełóż do foremki żaroodpornej. Piecz w temperaturze 180 stopni przez 25 minut. Podawaj samodzielnie bądź z ryżem.

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