



Ryba ze szpinakiem

przepisy.pl



 50 minut  6 osób  Łatwe

Składniki:

- filety z dorady - 4 sztuki
- oscypek gomółki - 2 sztuki
- Przyprawa do grilla Knorr** - 4 łyżki
- Bulion na włośczyźnie Knorr** - 1 sztuka
- suszone pomidory - 4 sztuki
- szalotka - 1 sztuka
- ostra papryka chilli strąk - 1 sztuka
- mrożony szpinak - 300 gramów
- oliwa z oliwek - 3 łyżki
- serek ricotta - 200 gramów
- ząbek czosnku - 1 sztuka

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

Sposób przygotowania:

1. Na patelni na rozgrzanej oliwie podsmaż pokrojone w drobną kosteczkę cebulę, czosnek i chilli. Gdy cebula się zeszkli dodaj rozmrożony odcisnięty z soku szpinak.
2. Całość smażyć chwilę, dodaj pokrojone suszone pomidory i dopraw kostką rosołową Knorr. Odstaw na chwilę na bok, aby szpinak nieco przestygł. Po wystygnięciu dodaj serek ricotta i dokładnie wymieszaj.
3. Filety oprószyć delikatnie przyprawą Knorr.
4. Następnie ułóż na pergaminie skórą do dołu. Na każdy z filetów nałóż sporą ilość szpinaku i posyp go po wierzchu tartym oscypkiem.
5. Pergamin z rybami ułóż na kawałku drzewa owocowego, wcześniej moczonego w wodzie (potrzebny jest płaski plaster ucięty piłą). Kawałek drzewa wraz z rybami umieść na grillu na mocno rozgrzanym ruszcie. Rybę grilluj pod przykryciem około 20 minut.

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