



przepisy.pl

Sandacz z duszonymi warzywami



 45 minut  3 osoby  Łatwe

Składniki:

- świeże lub mrożone filety z dorsza - 600 gramów
- Fix Spaghetti 4 sery z brokułami Knorr** - 1 opakowanie
- obrane marchewki - 3 sztuki
- seler korzeniowy - 0.5 sztuk
- biała cebula - 1 sztuka
- słodka śmietana 18% - 200 mililitrów
- 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. Zetrzyj marchew i seler na tarce o grubych oczkach, cebulę pokrój w plastry.
2. Podsmaż wszystkie warzywa na oleju przez około 7 minut, następnie przypraw pieprzem i przełóż do naczynia do zapiekania.
3. Rybę ułóż na warzywach.
4. Wymieszaj Fix Ryba zapiekana w sosie koperkowym Knorr ze śmietanką. Gotowym sosem polej rybę wraz z warzywami, po czym wstaw naczynie do nagrzanego piekarnika i piecz przez 20 minut w temperaturze 200 stopni. Na koniec dopraw do smaku (jeśli uznasz to za konieczne).

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