



przepisy.pl

Smażona ryba, szpinak i ziemniaki



Składniki:

- filet ulubionej ryby - 1 sztuka
- szpinak - 150 gramów
- czosnek - ząbek - 1 sztuka
- ziemniaki - 2 sztuki
- oliwa - 1 łyżeczka
- lubczyk - 0.5 łyżeczek
- Delikat przyprawa uniwersalna Knorr** - 0.5 łyżeczek

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

30 minut 1 osoba Łatwe

Sposób przygotowania:

1. Na patelni parowej ułóż rybę, szpinak, czosnek pokrojony na plasterki i obrane i pokrojone na ćwiartki ziemniaki.
2. Rybę posyp Delikatem. Wszystko posyp lubczykiem.
3. Przykryj pokrywką i smaż na niewielkim ogniu przez 20-25 minut.

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