



przepisy.pl

Zapiekana ryba z brokułami i słodką papryką



 60 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- filet z soli - 300 gramów
- Fix Makaron Kremowe 4 sery z mozzarellą Knorr** - 1 opakowanie
- cebula dymka - 6 sztuk
- brokuły - 200 gramów
- papryka czerwona - 1 sztuka
- ryż - 300 gramów
- mleko - 500 mililitrów
- koperek świeży - 0.5 pęczków
- musztarda - 1 łyżka
- cytryna - 1 sztuka
- żółty ser - 50 gramów

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

Sposób przygotowania:

1. Ugotuj ryż.
2. Filety soli pokrój w duże kawałki.
3. Pokrój paprykę w paski, posiekaj cebulę dymkę, brokuły rozdziel na różyczki i podsmaż wszystko na patelni. Na końcu dopraw sokiem z cytryny.
4. Połącz gorące mleko z zawartością opakowania Fix Knorr, musztardą, posiekanym koperkiem i dodaj wraz z ryżem na patelnię.
5. Dodaj rybę, wymieszaj wszystkie składniki delikatnie, aby nie połamać ryby i przełóż do wysmarowanego margaryną żaroodpornego naczynia.
6. Piecz w temperaturze 180 °C przez 20 minut, po czym posyp startym serem i piecz przez kolejne 5 minut na funkcji grill.

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