



przepisy.pl

Zawijasy z soli - VIDEO



 45 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- sola - 500 gramów
- cebula czerwona - 1 sztuka
- Przyprawa do ryb Knorr - 2 łyżki
- cukinia - 1 sztuka
- ząbek czosnku - 2 sztuki
- sok z cytryny - 30 mililitrów
- śmietana 12% - 200 mililitrów
- bułka tarta - 20 gramów
- posiekana natka pietruszki - 1 łyżka
- oliwa z oliwek - 50 mililitrów

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

Sposób przygotowania:

1. Rybę po rozmrożeniu umyj, osusz i dopraw Przyprawą do ryb Knorr.
2. Cukinię pokrój wzdłuż na cienkie plastry. Sparz ją krótko w osolonym wrzątku, a następnie ostudź w zimnej wodzie.
3. Na zamarynowanej rybie układaj plastry cukinii i zawijaj roladki dość ciasno.
4. Ułóż je w naczyniu żaroodpornym i skrop sokiem z cytryny.
5. Cebulę pokrój w piórka, a czosnek w plasterki. Podsmaż na rozgrzanej oliwie i zalej 12% śmietaną. Dopraw solą i pieprzem, po czym chwilę gotuj.
6. Przygotowanym sosem zalej zawijasy, posyp je tartą bułką. Całość piecz w piekarniku przez około 25 minut.
7. Posiekaj natkę pietruszki i posyp nią gotową potrawę.

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