

Филе минтая под шубой

Добавил(а) Оля
23.10.18 21:08 -

Филе минтая под шубой - это давно я не готовила рыбку. Сегодня решила добавить в свое меню.



Продукты для рецепта

Филе минтая под шубой

Добавил(а) Оля
23.10.18 21:08 -

- Филе минтая - 1 кг.
- Кабачки - 3 шт., лук - 1 шт, помидоры - 3 шт.
- Сыр - 150 гр.
- Специи по вкусу.



Лук нарезаем полукольцами, обжариваем до золотистого цвета.



В лук добавляем кабачки, нарезанные кубиками, сухой укроп, пряные травы по вкусу, немного со

Филе минтая под шубой

Добавил(а) Оля
23.10.18 21:08 -



Тушим кабачки 10-15 минут, периодически перемешиваем.



Выкладываем филе минтая на противень, на каждое филе выкладываем кабачки. Запекаем в ду

Филе минтая под шубой

Добавил(а) Оля
23.10.18 21:08 -



Через 25 минут достаём противень из духовки. Выкладываем на каждый кусочек филе минтая по



Ставим противень в духовку ещё на 10 минут.

Приятного аппетита!!!