Печена бела риба со компири и домати

Има причина зошто луѓето на Медитеранот живеат подолго... Комбинација на риба, добар зеленчук зачинет и зготвен со вино и маслиново масло со малку лимонов сок за да ги подигне вкусовите… Пробајте го овој летен рецепт.

Состојки:
- 2 филети бела риба
- 6-7 жолти компири
- 2-3 домати
- Чаша бело вино
- 1 лимон
- Сол и бибер
- Маслиново масло

Чекор 1
Прво ќе ја посолиме рибата... солењето на рибата го извлекува вишокот течност и ја прави поцврста и поубава за јадење.

Чекор 2
Време е за сецкање: Излупете ги компирите и исечкајте ги на кришки...

Овде користиме жолти компири, но можете да ставите било какви компири.

Следно, ситно исечкајте ги доматите и оставете ги на страна.

Чекор 3
Земете ја Делимано тавата за рерна и почнете да правите подлога од кришките компири...

Следни ставете ги доматите...

И прелијте ги со белото вино, а потоа зачинете ги со сол, бибер и маслиново масло.

Ставете ја тавата во рерна околу 20 минути на температура од 150 степени, а потоа извадете ја и во неа ставете ги рибата и кришките лимон.

Вратете ја тавата во рерна уште 15 -20 минути додека компирите да омекнат и рибата да стане цврста и бела.

Чекор 4

Време е за сервирање: Едноставно сервирајте обилна количина компири и домати и врз нив ставете филе од риба и парчиња лимон.

Совет

Ова е лежерно летно јадење кога не сакате да губите време во кујната, но сакате да уживате во вкусен оброк со пријателите на балконот… Оставете ја рерната да ја заврши целата работа за тоа да не морате да го правите Вие!

Користени производи:

Ростер

Ти благодариме што си дел од МоиРецепти заедницата.
Испрати го твојот омилен рецепт на www.moirecepti.mk