

Zapiekanka z rybą i pieczarkami



Autor: EWAM45

Przepisów: 147 Ocena: 2909



> 6 os.



60 min



łatwe



przystępne



Składniki:

- 3 duże filety z ryby (u mnie miruna)
- 1/2 kg pieczarek
- 3 duże cebule
- 20 dag. sera żółtego do starcia.
- 0,25 l śmietany - kwaśnej
- 1 jajko
- 2 łyżki oleju do smażenia

Sposób przygotowania:

- 1 Rybę kroimy na małe kawałki , przyprawiamy i lekko obsmażamy.

Układamy w naczyniu żaroodpornym, u mnie forma do tarty (duża).

Na rybkę układamy pieczarki wcześniej skrojone i podsmażone tak, żeby woda odparowała. Pieczarki lekko doprawiamy do smaku.

Na pieczarki układamy uduszoną cebulkę.

Na to wszystko, śmietana rozbita z jajkiem i odrobiną startego sera.

Wersja dla liczących kalorie, to jogurt naturalny rozbity z jajkiem.

Na wierzch wsypujemy resztę startego sera, nakrywamy folią aluminiową. Zapiekamy ok. 40 min w temperaturze 200 stopni.



Twoje notatki do przepisu: