

Rybí filety v pikantní omáčce a paprikovou rýží

Kategorie: Ryby

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

4-8 ks rybí filety

1 cibule

0,5 menšího celeru

1 konzerva drcených rajčat

1 kapi

1 chilli paprika

1 žervé

koriandr

zázvor

pepř mletý a kayenský

oregano

sůl

olej

ochucená rýže (Vitana paprika&rajče)

Postup

Rýži uvařit dle návodu. Orestujeme cibuli, celer, chilli, kapii a koření mimo kayenského pepře, vše nadrobno nakrájené. Přidáme rajčata a podusíme. Rybu osolíme a pokapeme citrónem. Rozmícháme žervé, kayenský pepř a oregano, touto směsí potřeme filety, svineme a spíchujeme párátkem. Pečeme v troubě při střední teplotě cca 10 min., pak přidáme směs z rajčat a dalších 10 min. pečeme. Podáváme s rýží.