

Nákyp z rybího filé

Kategorie: Ryby

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

400 g rybího filé

50 g másla

50 g hladké mouky

100 g sýra eidam

200 g mražené zeleninové směsi

sůl

muškátový květ

Postup

Máslem vymažeme formu a na zbylém másle opražíme mouku. Zalijeme ji trochou vody, osolíme, ochutíme muškátovým květem a provaříme na hustou kaši. Přidáme zeleninovou směs, nakrájené rybí filé, nastouhaný sýr a tuto směs dáme do vymazané formy. Pečeme v předem vyhřáté troubě dozlatova. Podáváme se zeleninovým salátem.