ZIVS FILEJA HOLANDES MĒRCĒ NO HUGO





Pusdienas 20 minūtēs, ko gatavoju no 6 zivs filejām.

Garšīgi, ātri, veselīgi! Kā netradicionālu piedevu pagatavoju RISONI makaroniņus (atgādina spicus rīsus), ko pirms vārīšanas apgrauzdēju, un kas ir "mņam"! Var izmantot jebko citu: kartupeļu biezeni, frī kartupeļus, dārzeņus ...
Jums būs nepieciešams:

Zivs fileja (izmantojiet jebkuru, kas jums patīk)
Saldais krējums
Holandes mērce
Sāls
Nedaudz sviesta

Procedūra:
Liekat zivju fileju cepampannā, ieziestā ar sviestu. Nedaudz sāls. Pārlejiet ar pusi no 250 ml saldā krējuma iepakojuma un pusi no 250 ml Holandes mērces iepakojuma. Vairs nesāliet, jo holandes mērce ir pietiekami sāļa. Ja jums patīk rozmarīns, uzlieciet pāri vienu mazu zariņu. Cep uzkarsētā cepeškrāsnī 200 grādu temperatūrā apmēram 20 minūtes.
GATAVS !!

Lai labi garšo!
Tavs Hugo



