



Рецепт приготовления рыбного филе в фольге

Ингредиенты:

- 400 г филе трески или любой другой рыбы,
- сок из 1/2 лимона,
- 100 г шампиньонов,
- приправа,
- 2 ст. ложки оливкового масла,

- перец,
- соль.

Филе разделить на 4 части, ополоснуть, слегка расплющить ножом, сбрызнуть лимонным соком. Грибы очистить, вымыть, нарезать ломтиками. Приготовить 4 листа фольги, смазать их оливковым маслом, на каждый положить по куску рыбного филе, посыпать приправой «Вегета», сверху положить грибы, посолить, поперчить, завернуть в фольгу, уложить на проти-вень. Запекать в духовке около 10 мин.