Filé pečené se smetanou a hořčicí

Kategorie: Maso

Autor: sarysek

Suroviny

Porce: 1

- petrželová nať 1 lžíce
- máslo 40 g
- citronová šťáva 1 lžička
- rybí filé 600 g
- hořčice 2 lžíce
- sladká smetana 0.25 l
- **podle chuti**
- sůl 1 ks
- mletý černý pepř 1 ks
- **podle potřeby**
- tuk na vymazání 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Filé nakrájíme na plátky a rozložíme do vymazané zapékací misky tak, aby se nepřekrývaly. Navrch je osolíme, opepříme a poklademe máslem.

Do smetany zašleháme hořčici (lépe chuťově výraznější), přidáme lžíci sekané petrželky, citronovou šťávu, zamícháme a lžící naléváme na filé.

Rybí filé pečeme v předehřáté troubě asi 30 minut a ihned podáváme.