

# **РЫБА С ОВОЩАМИ ЗАПЕЧЁННАЯ В ФОЛЬГЕ**

# ***Нам понадобится:***

- **Масло подсолнечное**
- **Перец**
- **Рыба**
- **Соль**
- **Морковь**
- **Лук**
- **Зелень**





# Приготовление

- 1 шаг
- Обмазываем рыбу солью и посыпаем перцем и оставляем лежат 15 минут.





# Приготовление

- 2 шаг
- Терем на терке морковь и нарезаем лук с зеленью



# Приготовление

- 3 шаг
- На стол кладём фольгу и наливаем подсолнечное масло, кладём рыбу на фольгу.





# Приготовление

- 4 шаг.
- Заполняем рыбу луком, морковью и посыпаем зеленью



# Приготовление

- 5 шаг
- Заворачиваем в фольгу и ставим в духовку на 15 минут при 200 С\*





Приятного аппетита!

