

# Filet rybny zapiekany z sosem musztardowym



## Składniki

filety rybne, każdy po ok.  
180 g (karmazyn, dorsz  
lub morwa)  
sól, biały pieprz  
sok z połówki cytryny  
20 g - masła  
200 ml - śmietany  
2 łyżka - creme fraiche  
żółtka  
3 łyżka - łagodnej  
musztardy Dijon  
1 łyżka - drobno  
siekanego kopru  
2 łyżka - siekanej natki  
pietruszki  
2 łyżka - świeżo  
pokruszonego białego  
chleba

## Opis wykonania

Filet rybny w sosie z creme fraiche, musztardy Dijon, kopru, pietruszki i białego chleba.

Rozgrzać komorę gotowania. Filet umyć, osuszyć i pokroić w paski, przyprawić solą i pieprzem. Nieperforowany pojemnik do gotowania natłuścić masłem i włożyć filety. Wymieszać pozostałe składniki i wyłożyć na filety. Piec według przepisu na kolor złoto-brązowy.

Sposób nastawiania: piekarnik parowy: gorące powietrze + gotowanie na parze 200°C w rozgrzanym piekarniku, 12-15 minut.

Wskazówka: rybę podawać z ziemniakami z wody lub dzikim ryżem.