Хек в сырном кляре



Что нужно:

- хек - 1 кг;
- российский сыр - 200 г;
- яйца - 2 шт;
- мука - 2 ст. л.;
- соль, перец, любимая специя - по вкусу.

Время приготовления: 40 мин.

Описание

Приготовление

1. Подготавливаем наши ингредиенты.
2. Хек нарезаем на порционные куски. Солим, перчим, посыпаем любимой специей, перемешиваем и даём так постоять 20-30 минут.
3. Смешиваем взбитые яйца, натёртый сыр, соль, перец и любимую специю.
4. Обваливаем хека в муке, раскладываем по противню (предварительно смазанному растительным маслом), и сверху распределяем нашу сырную заготовку.
5. Запекаем хека при 200 градусах 15 минут.
6. Затем вливаем немного воды в противень и накрываем фольгой. Запекаем в таком виде ещё 15 минут.