

Сметанно-рыбная запеканка "Чудесный минтай" с зеленью



Что нужно:

- филе минтая - 1 кг (можно и чуть больше);
- петрушка - 1 пучок;
- сметана - 100 г;
- яйца - один десяток;
- мелкая вермишель - 1 небольшой стакан;
- соль, перец - по вкусу;
- чеснок - 2 зубчика.

Время приготовления: 55 мин.

Описание

Приготовление

1. Подготавливаем наши ингредиенты.
2. Яйца взбиваем с солью. Хорошенько венчиком.
3. Добавляем истолчённый чеснок и перемешиваем.
4. Отвариваем в подсоленной воде вермишель, буквально 1 минуту. Воду сливаем. Пока пускай остывает.
5. Зелень мелко нарезаем и отправляем к яйцам, перемешиваем.
6. Туда же закладываем сметану и снова перемешиваем.
7. Пока включаем духовку и разогреваем до 200 градусов. В смазанную форму для запекания закладываем нарезанную средним кусочком рыбу и солим её.
8. Вермишель перекладываем к яйцам и перемешиваем.
9. Яичную заготовку перчим и перемешиваем.
10. Распределяем её по нашей рыбе.
11. Отправляем запекаться примерно 30-40 минут.