22 Οκτωβρίου 2013

Πικάντικα μαγειρεμένο ψάρι!

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Ψάρι με πάπρικα; Δεν θα το σκεφτόμουν, πριν διαβάσω την συνταγή! Είναι νόστιμο και διαφορετικό! Συνοδεύεται με ωραία βραστά λαχανικά.

Υλικά

1) 4 κομμάτια λευκό καθαρό ψάρι.

2) 2 κουταλιές της σούπας ελαιόλαδο.

3) ½ γλυκό του κουταλιού πάπρικα.

4) ½ γλυκό του κουταλιού θυμάρι.

5) ¼ γλυκό του κουταλιού σκόνη σκόρδου.

6) ¼ γλυκό του κουταλιού σκόνη κρεμμυδιού.

7) ¼ γλυκό του κουταλιού αλάτι.

8) 4 φέτες λεμόνι.

Προετοιμασία

1) Προθερμαίνουμε τον φούρνο μας σε υψηλή θερμοκρασία. Παίρνουμε ένα ταψί και βάζουμε κόλλα ψησίματος και τοποθετούμε τα ψάρια μας. Πασπαλίζουμε με λίγο λάδι.

2) Πασπαλίζουμε με όλα μας τα υλικά, εκτός από τις φέτες με λεμόνι.

3) Ψήνουμε για 10 έως 15 λεπτά.

4) Το σερβίρουμε με τις φέτες από λεμόνι.

Καλή όρεξη!

Πηγή: joytv.gr