



File de cod gratinat la cuptor

Steps: 6

Difficulty Grad:

Ingredients

Portions

1	fir de pătrunjel verde	1	roșii
2	căței de usturoi	1	cutie roșii tocate
	piper		sare
	busuioc		ierburi de Provence
5	fileuri de cod	2	cepe
1	ardei gras roșu	1/2	ardei gras galben
1/2	ardei gras verde	200 ml	smântână
50 g	cașcaval ras		

Instructions

Un preparat colorat și aromat, care se prepară în doi timpi și trei mișcări, din ingrediente pe care sigur le ai mereu în frigider.

Pasul 1. Taie ceapa și ardeii în fâșii subțiri.

Pasul 2. Taie roșiile în cuburi mici și toacă mărunț usturoiul.

Pasul 3. Rumenește legumele în ulei de măsline, într-o tigaie, la foc mediu.

Pasul 4. Adaugă mirodeniile, roșiile din conservă, 100 ml apă, apoi smântâna. Gătește la foc mic, până se îngroașă ușor.

Pasul 5. Pune codul într-un vas pentru gratin, acoperă cu sos, presară cu brânză și coace la 180°C, timp de 15-20 de minute.

Pasul 6. Decorează cu pătrunjel.

Autor: Teo Dinescu

Mai multe rețete de la acest autor

Vezi mai multe rețete si sfaturi utile din aceasta categorie: