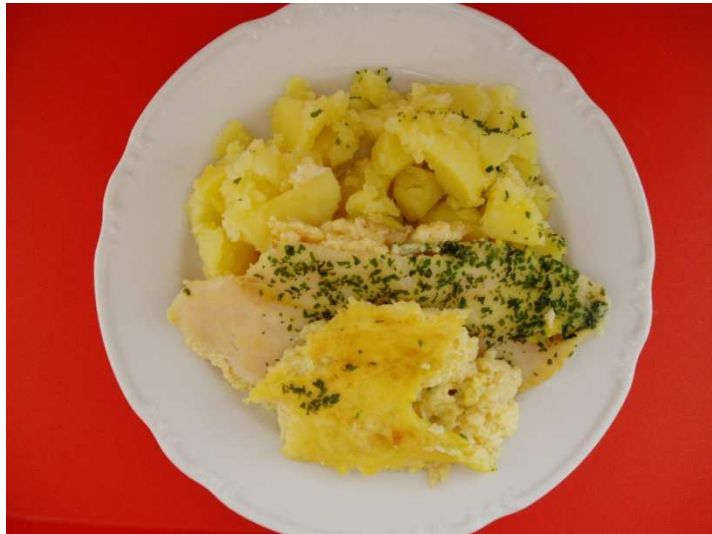


10.021 Rybie filé zapekané s bešamelom

Receptúra

Potraviny	Množstvo v kg, l, ks
rybie filé	1,15
tuk	0,09
múka hladká	0,09
soľ	0,01
vajcia	4
mlieko	0,50
muškátový orech	0,001
petržlenová vňať	0,01
maslo	0,04



Výrobný postup

Rybie filé umyjeme, pokrájame na porcie, osolíme a dáme piecť do tukom vymasteného pekáča. Pred dopečením polejeme bešamelovou omáčkou, posypeme umytou, posekanou petržlenovou vňaťou a zapečieme 20 minút.

Omáčka: múku opražíme nasucho, pridáme maslo, rozriedime mliekom, dochutíme soľou a muškátovým orechom, zašľaháme vajcia a varíme 20 minút.

Príloha: varené zemiaky, zeleninové šaláty.