

Fóliában sült tepsis amur

Hozzávalók:

- 2 kg tisztított, fej nélküli amur
- 40 dkg burgonya
- 30 dkg tv-paprika
- 30 dkg paradicsom
- 20 dkg vöröshagyma
- só, őrölt fekete bors
- étolaj

Elkészítése:

Az amurt lefilézzük, ízesítjük, fűszerezzük. A zöldségeket felkarikázzuk, sóval meghintjük, és rétegesen fóliatepsibe helyezük. Alufóliával lefedve 180 fokos sütőben kb. 60 percig sütjük. Majd az alufóliát levesszük róla, és további 20 percig pirítjuk.

Séfünk tippje: Amur helyett busával is elkészíthetjük.