



Ryba w liściach winogron

 paulina2157


Polecane na: [danie główne](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 30 min

 łatwy

 3 porcje

Składniki:

filet miruna lub inna ryba - 3 szt.
liść winogronowy (biały) duży - 6 szt.
sól - do smaku

pieprz - do smaku
olej do gotowania i smażenia - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Filety ryby pokroić na mniejsze porcje tak aby można było je zawinąć w liście winogron. Rybę oprószyć solą i pieprzem. Liście winogronu opłukać i osuszyć. Na liściach układać kawałki ryby i zawijać liść. Przebić wykałaczką aby podczas pieczenia się nie rozłożył. Smażyć na patelni grillowej lub grillu przez ok 10 minut . Po upływie 5 minut przełożyć na drugą stronę.