

Rødspættefileter

Grøntsager, fx porrer, halve tomater, hvidløg o.lign.

Hvidvin, fløde eller anden form for væde

Evt. frisk parmesan

Fremgangsmåde

- Rul rødspættefileterne sammen, og læg dem i et ovnfast fad.
- Tilsæt dine yndlingsgrøntsager og lidt væde, fx hvidvin eller fløde.
- Krydr med salt, peber og evt. presset hvidløg.
- Bag fisken ved 200 grader i 15-20 min.

Tip: Riv evt. frisk parmesan over retten, inden den bages.

Relaterede opskrifter

Rødspættefilet i ovn

Fantastisk opskrift på rødspættefilet i ovn

5 MIN 4 PERS. NORMAL

Ingredienser

