

Состав:

(на 2 порции)

650-700 г филе морского окуня

соль

черный молотый перец

Рецепт жареного морского окуня:

Филе морского окуня промыть, убедиться, что из него удалены кости, нарезать порционными кусочками, посолить, поперчить и обжарить на растительном масле в течение 5-7 минут с каждой стороны до образования румяной корочки.

Подавать к столу жареного морского окуня можно с запеченными или приготовленными на пару овощами, рисом или отварным картофелем. В качестве напитка к морскому окуню следует подать охлажденное белое вино.

Приятного аппетита!