

Mapishi ya chipsi na samaki wa kuchoma

By SW - Melkisedeck Shine · April 9, 2022

Dondoo za Mapishi na Lishe · Upishi na Maandalizi ya Milo yenye Afya · #Karibu AckySHINE

Mahitaji

Viazi ulaya (baking potato 5 vya wastani) Parprika 1 kijiko cha chai Pilipili mtama ilyosagwa (ground black pepper 1 kijiko cha chai Kitunguu swaum cha unga (garlic powder 1 kijiko cha chai) Chumvi (salt) Mafuta (vegetable oil) Marination za samaki (angalia kwenye recipe ya samaki ya nyuma)

Matayarisho

Osha viazi na maganda yake kisha vikaushe na uvikate vipande vya wastani. Kwa kila kiasi toa vipande 6. Kisha vitie kwenye bakuli na utie parpika, pilipili mtama ya unga, kitunguu swaum cha unga, chumvi na mafuta kama vijiko 2 vya chakula. Changanya pamoja na kisha uvibake katika oven kwa muda wa dakika 25. Hakikisha vinakuwa rangi ya brown. Vikisha iva vitoe. Wamarinate samaki, na uwaoke kisha wasevu na potato wedges tayari kwa kuliwa (Jinsi ya kupika samaki, angalia katika recipe za nyuma)

Printable AckySHINE Article · <https://ackyshine.com/post.php?post=24612>