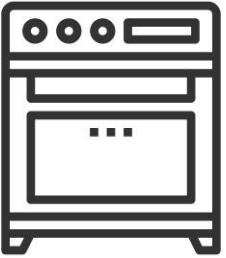


Τσιπούρα σε σακούλα μαγειρέματος

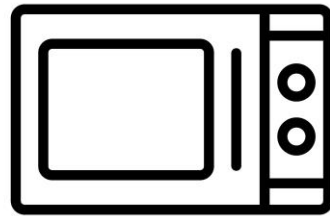


- Τα φιλέτα είναι ωμά, πρέπει να μαγειρευτούν
- Ακολουθείτε τις παρακάτω οδηγίες ψησίματος
- Οι Οδηγίες αφορούν **καταψυγμένο** προϊόν



ΟΙΚΙΑΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ

- Προθερμάνετε το φούρνο στους 180 °C
- Με μια οδοντογλυφίδα κάντε μερικές τρύπες στην σακούλα
- Μεταφέρετε τη σακούλα σε ταψί ψησίματος στο φούρνο
- Ψήστε για περίπου **22-25'** min στους 180 °C



MICROWAVE 800W

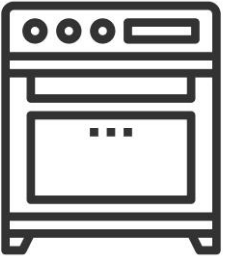
- Με μια οδοντογλυφίδα κάντε μερικές τρύπες στην σακούλα
- Μεταφέρετε τη σακούλα σε ταψί ψησίματος στο Microwave
- Ψήστε για **5'** min σε max θερμοκρασία.

- Αφαιρέστε τη σακούλα προσεκτικά και αφήστε τη για 30'' να κρυώσει
- Κόψτε με ένα ψαλίδι τη σακούλα και με μια σπάτουλα μεταφέρετε τα φιλέτα σε μια πιατέλα

Τσιπούρα σε σακούλα μαγειρέματος

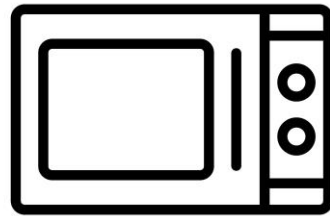


- Τα φιλέτα είναι ωμά, πρέπει να μαγειρευτούν
- Ακολουθείτε τις παρακάτω οδηγίες ψησίματος
- Οι Οδηγίες αφορούν **αποψυγμένο** προϊόν



ΟΙΚΙΑΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ

- Προθερμάνετε το φούρνο στους 180 °C
- Με μια οδοντογλυφίδα κάντε μερικές τρύπες στην σακούλα
- Μεταφέρετε τη σακούλα σε ταψί ψησίματος στο φούρνο
- Ψήστε για περίπου **20'** min στους 180 °C



MICROWAVE 800W

- Με μια οδοντογλυφίδα κάντε μερικές τρύπες στην σακούλα
- Μεταφέρετε τη σακούλα σε ταψί ψησίματος στο Microwave
- Ψήστε για **3'** min σε max θερμοκρασία.

- Αφαιρέστε τη σακούλα προσεκτικά και αφήστε τη για 30'' να κρυώσει
- Κόψτε με ένα ψαλίδι τη σακούλα και με μια σπάτουλα μεταφέρετε τα φιλέτα σε μια πιατέλα