
Pulpety rybne na ostro

Dodano: 2010-01-01 17:23:30

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1149 razy.

Kuchnia birmańska

1/2 kg filetów z dorsza, halibuta lub morszczuka

1 jajo roztrzepane

1/4 szklanki oleju jadalnego

1/4 łyżeczki chwili lub ostrej papryki

2 małe cebule drobno posiekane

2 rozarte ząbki czosnku

1/2 łyżeczki utartej skórki z cytryny (dowolnie)

1 /4 łyżeczki imbiru

1 łyżeczka soli

2 pomidory posiekane

1/4 szklanki mąki

1. Filety optukać , zemleć dwa razy w maszynce, wymieszać z jajem, odstawić .
 2. Włozyc na patelnie z rozgrzanym olejem (2 łyżki): chwili, cebule, czosnek, skorkę z cytryny, imbir, kolendre i sól. Smażyć na malym ogniu przez 10 min., często mieszając.
 3. Wyjając jedną trzecią podsmażonych przypraw, dodać do ryby, dokładnie wymieszać .
 4. Formować pulpety wielkości orzecha włoskiego, obtoczyć w mące.
 5. Wlać resztę oleju (2 łyżki) na patelnię z przyprawami, podgrzać na średnim ogniu, wkładać pulpety, ostrożnie obracając, obsmażyć ze wszystkich stron, aż nabiorą złotego koloru.
 6. Dodać pomidory, lekko wymieszać , dusić pod przykryciem na malym ogniu przez 25 min.
 7. Podawać gorące z ryżem na sypko.
- Proporcje dla 4-6 osób

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD