
Pulpety rybne na ostro

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1119 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 zębki 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. Smażyc na malym ogniu przez 10 min., często mieszajac.
 3. Wyjac jedna trzecia podsmażonych przypraw, dodac do ryby, dokladnie wymieszac .
 4. Formowac pulpety wielkości orzecha włoskiego, obtoczyc w mace.
 5. Wlac reszte oleju (2 łyżki) na patelnie z przyprawami, podgrzac na srednim ogniu, wkładac pulpety, ostrożnie obracajac, obsmażyc ze wszystkich stron, az nabiora złotego koloru.
 6. Dodac pomidory, lekko wymieszac , dusic pod przykryciem na malym ogniu przez 25 min.
 7. Podawac gorace z ryżem na sypko.
- Proporcje dla 4-6 osób

Nadesłane(a): Cartall - Książka Kucharska na CD