Pulpety rybne na ostro

Dodano: 2010-01-01 17:23:30
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1308 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 roztarte 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 opłukać , zemleć dwa razy w maszynce, wymieszać z jajem, odstawić .
2. Włożyć na patelnię z rozgrzanym olejem (2 łyżki): chwili, cebulę, czosnek, skórkę z cytryny, imbir, kolendrę i sól. Smażyć na małym ogniu przez 10 min., często mieszając.
3. Wyjąć 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 małym ogniu przez 25 min.
7. Podawać gorące z ryżem na sypko.

Proporcje dla 4-6 osób

Nades□a□(a): Cartall - Książka Kucharska na CD