OMLECIKI Z RYBĄ

Dodano: 2010-01-01 17:23:30
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1239 razy.

Kuchnia chińska
25 dag filetów z dorsza, szczupaka lub morszczuka
1/2 łyżeczki soli
4 łyżeczki wody
2 łyżki suszonych krewetek lub 2 łyżki pasty anchois (dowolnie)
2 cebule dymki
4 jaja
1/4 łyżeczki soli
4 - 5 łyżek oleju
Przyprawy:
1 łyżeczka oleju sezamowego lub sojowego
1 łyżeczka mąki ziemniaczanej
1/4 łyżeczki pieprzu
1/4 łyżeczki cukru

Rybę posiekać , przełożyć do miski, dodać 1/2 łyżeczki soli i 4 łyżeczki wody, rozetrzeć na jednolitą masę. Krewetki zalać 1/2 szklanki ciepłej wody, odstawić na 20 minut, odcedzić , dokładnie osączyć . Cebulę dymkę bardzo drobno posiekać . Masę rybną wymieszać z krewetkami lub pastą anchois, cebulą i przyprawami. Mieszać około minuty w jednym kierunku aż powstanie jednolita masa. Wstawić do lodówki na 1-2 godz. Jaja roztrzepać z solą. Dwie łyżki oleju wlać na gorącą patelnię, rozprowadzić po dnie patelni, rozgrzać na średnim ogniu, wlać jedną łyżkę roztrzepanych jaj, po chwili nałożyć łyżeczkę masy rybnej pośrodku omlecika. Łopatką do obracania kotletów podważyć jedną stronę i szybkim ruchem złożyć omlet w półksiężyc lekko przyciskając, aby zlepić brzegi. Ostrożnie przesunąć na bok patelni, smażyć na złoty kolor z obu stron. Tymczasem wlać następną łyżkę jaj, postępować tak jak przy pierwszym omlecie, przesuwając kolejny na brzeg patelni, tak by środek pozostawał wolny do smażenia następnych. Wyjmować po jednym omlecie po lekkim zrumienieniu po około dwóch minutach. Trzymać w cieple.
Proporcje: dla 4 osób, kiedy podajemy inne potrawy lub na 16 szt. - na przekąskę

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