

---

# Pieczone pulpety rybne

Dodano: 2010-01-01 17:27:46

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1054 razy.

Kuchnia izraelska

3/4 kg halibuta lub dorsza

1 mała posiekana cebula

1 bułeczka namoczona w wodzie

1 łyżeczka soli

1 /4 łyżeczki pieprzu

1 małe jajo roztrzepane

2 łyżki oleju jadalnego

1 duża cebula pokrajana w talarki

1 świeża papryka pokrajana w kostkę (dowolnie)

1/2 szklanki przecieru pomidorowego

1/2 łyżeczki cukru

1 łyżeczka soli

1 /4 łyżeczki pieprzu

szczypta tymianku lub 1 łyżeczka posiekanego .

koperku

1. Filety rybne i cebulę zemieć w maszynce, dodać odcisniętą bułkę i jeszcze raz zemieć .

2 Doprawić solą i pieprzem, dodać jajo, wszystko ubić na jednolitą masę. Uformować 6 pulpetów.

3. W żaroodpornym naczyniu wymieszać olej, cebulę, paprykę, przecier pomidorowy, cukier, sól, pieprz. włożyć pulpety.

4. Wstawić do nagrzanego piekarnika i piec przez 45 min., często polewając wytworzonym sosem.

5 Podawać z frytkami i surówką lub ogórkiem konserwowym i świeżym białym pieczywem.

Proporcje dla 3-6 osób

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD

---

,1713963125

Nadesłał(a): 2024-06-17 23:12:29