Ryba w słodko-kwaśnym sosie

Dodano: 2010-01-01 17:27:46
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1335 razy.

Kuchnia chińska
1 kg filetów z dorsza, halibuta lub morszczuka
1 /2 łyżeczki soli
2 łyżki mąki ziemniaczanej lub mąki pszennej
1 szklanka oleju
1 cebula pokrajana w piórka
1 marchew pokrajana w cienkie słupki
1 świeża papryka pocięta w paseczki(dowolnie)
1/2 łodygi selera lub mały kawałek pokrajany
w słupki

Sos :
1 łyżka octu 6 proc.)
1 i 1/2 łyżki cukru
1/2 łyżki soli
2 łyżeczki pasty pomidorowej
2 łyżki sosu sojowego lub 1 łyżka przyprawy
maggi z 1 łyżką wody
1/2 szklanki rosołu lub, wody
1/2-3/4 łyżeczki mąki ziemniaczanej

1. Składniki sosu wymieszać , odstawić .
2. Filety posolić , obtoczyć w mące
3. Rybę usmażyć na rozgrzanym oleju na złoty kolor, przełożyć na talerz, trzymać w cieple.
4. Z patelni odlać nadmiar oleju - włożyć jarzyny i usmażyć . ,
5. Zamieszać sos, wlać do jarzyn, mieszając gotować aż zgęstnieje. W razie potrzeby doprawić solą, kilkoma kroplami maggi, cukrem lub octem - sos powinien być słodko-kwaśny.
6. Przełożyć rybę na gorący półmisek i polać sosem.
7. Podawać z ryżem ugotowanym na 2 sypko lub z bułeczkami na parze - MAN-TOU Proporcje dla 4-5 osób

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

,1713976309
Nadesłał(a): 2024-06-18 04:52:43