# Ryba w sosie cytrynowym

Dodano: 2010-01-01 17:27:46
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1263 razy.

Kuchnia nowozelandzka
1 kg halibuta podzielonego na porcje
1 łyżeczka soli
2 łyżki masła
1 cebula drobno posiekana
1/4 łyżeczki pieprzu
1/4 łyżeczki imbiru
szczypta utartej gałki muszkatołowej
1 szklanka wody
2-3 łyżki soku z cytryny
1 łyżka utartej skórki cytrynowej
1 jajo
1 łyżeczka maki
1 l4 łyżeczki szafranu
1 łyżka posiekanej zielonej pietruszki

1. Rybę posolić .
2. W szerokim rondlu, na rozgrzanym maśle smażyć cebulę przez 5 min.
3. Włożyć rybę, smażyć do lekkiego zrumienienia, doprawić pieprzem, imbirem, gałką muszkatołową, wlać wodę, dusić poć przykryciem na bardzo małym ogniu przez 30 min.
4. Dodać sok i skórkę z cytryny, delikatnie wymieszać , zdjąć z ognia, odsączyć rybę.
5. Przełożyć na gorący półmisek.
6. W małej miseczce, roztrzepać jajo, dodać mąkę, szafran i zielona pietruszkę, wszystko dokładnie ubić .
7. Stale mieszając wlać 1/4 szklanki wywaru z ryby.
8. Przelać do małego rondla, mieszając podgrzać na małym ogniu, aż sos zgęstnieje, nie może się zagotować .
9. Rybę polać sosem.
10. Podawać z ziemniakami z wody i ugotowanym zielonym groszkiem.
Proporcje dla 4-6 osób

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