
Dorsz lub karp po grecku

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1213 razy.

1,5 kg oczyszczonej ryby 1/2 listka bobkowego
5 dkg oleju
sól
15 dkg selera
pieprz
10 dkg marchwi
cukier
10 dkg pietruszki
2 dkg musztardy
2 cebule
ocet do smaku
6 dkg gęstych powideł pomidorowych

Rybę sprawić , odfiletować ze skórą; wyporcjować w poprzek na kawałki szerokości 4 cm, posolić . Rozgrzać olej, filety usmażyć z obu stron, ułożyć na półmisku jeden kawałek koło drugiego. Wszystkie warzywa oczyścić , pokrajać w drobną kostkę. Warzywa włożyć na gorący olej pozostały ze smażenia ryb, podsmażyć , dodać sól i przyprawy, skropić wodą i udusić do miękkości: Do ugotowanych warzyw dodać przecier z pomidorów, przyprawy, ocet i cukier do smaku. Warzywa powinny tylko lekko podpływać sosem. Warzywami obłożyć porcje usmażonej ryby, ostudzić . Rybę po grecku można podawać na gorąco lub na zimno.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD