

---

# Ryba w "koszulkach"

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1127 razy.

50 dag filetów rybnych  
2-3 łyżki mąki  
łyżka posiekanej natki pietruszki  
łyżka posiekanego koperku  
sok cytrynowy  
sól  
pieprz  
olej do głębokiego smażenia.  
Ciasto:  
5 łyżek mąki  
3 łyżki oleju  
2 białka  
woda

Filety rybne pokrajać na kawałki o długości 10 cm, skropić sokiem cytrynowym, posolić, obsypać mąką i posiekaną zieleniną. Zmieszać mąkę z olejem i taką ilością wody, aby uzyskać gęste ciasto. Odstawić je na 10 min, a następnie ostrożnie wymieszać z białkiem ubitym na sztywno. Każdy kawałek ryby zanurzyć w cieście i kłaść na rozgrzany olej: kawałki powinny być całkowicie zanurzone w tłuszczu. Smażyć na niewielkim ogniu, aby ciasto nie zrumieniło się zbyt szybko. Podawać na gorąco z sosem musztardowym.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD