Pstrąg aromatyczny

Dodano: 2010-01-01 17:27:46
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1159 razy.

Kuchnia włoska
4 pstrągi o wadze 200 g każdy lub 1 pstrąg o wadze 800 g
30 g rodzynek
1 łodyga selera naciowego
1 mała cebula i 1 ząbek czosnku
3 listki szałwii
1 gałązka rozmarynu
starta skórka z 1 cytryny
1 łyżka wazowa rosołu
1 łyżka białego octu
10 g mąki
4 łyżki oliwy z oliwek

Szałwię, seler, rozmaryn, czosnek i cebulę umyć , posiekać , włożyć do naczynia odpowiedniego do duszenia ryb i podsmażyć na oliwie. Do podsmażonych przypraw dołożyć pstrągi, dodać ocet, sól, startą skórkę z cytryny i rodzynki moczone przez 15 minut w ciepłej wodzie. Gotować 10 minut, dolewając stopniowo rosołu. Ugotowane ryby podawać na talerzach z przecedzonym i zagęszczonym mąką sosem.

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