
Halibut w cukini 12 min

Dodano: 2010-01-01 17:27:47

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1324 razy.

Kuchnia z szybkowaru

75 dag filetów z halibuta

5 dużych cebul

1 niewielka cukinia lub kabaczek

2 ząbki czosnku

1 szklanka białego wytrawnego wina lub zastępczo wody z octem winnym

2 dag masła

1 łyżka siekanej natki pietruszki

szczypta tymianku lub macierzanki

trochę wody

sól i pieprz do smaku

Rozgrzać w szybkowarze masło, poddusić na nim chwilę posiekane cebule i cukinię. Położyć na wierzch rybę, wlać wino i tyle wody, by ryba była pokryta, posolić i popieprzyć, posypać tymiankiem. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 12 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Po tym czasie wyjąć rybę z szybkowaru, sos zmiksować, dodając czosnek. Połączyć tym sosem rybę, posypać zieleniną. Najlepiej smakuje z grzankami.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD

,1713355187

Nadesłał(a): 2024-06-18 03:56:01