
Karp w groszku 15 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1234 razy.

Kuchnia z szybkowaru

1 karp (1 kg),

3 łyżki oleju (np. sojowego),

6 małych cebul,

1 ząbek czosnku,

4 szklanki zielonego groszku (1 kg w strąkach);

sól i pieprz do smaku,

można dodać trochę przyprawy "Jarzynka"

Rozgrzać w szybkowarze tłuszcz, włożyć do niego oczyszczone cebulki i rybę i obrumienić z obu stron. Wrzucić czosnek, posypać rybę przyprawą, dookoła niej ułożyć groszek. Posolić i popieprzyć. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 12 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD

,1713977094

Nadesłał(a): 2024-06-18 03:05:01