# Rolada z ryb do sosów, majonezu lub galarety 20 min

Dodano: 2010-01-01 17:27:47
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1121 razy.

Kuchnia z szybkowaru
50 dag filetów rybnych
1 cebula
6 dag suchej bułki (1;5 kajzerki)
l jajo
2 dag margaryny
2 łyżki zieleniny
płaska łyżeczka cukru
sól i pieprz do smaku
Wywar:
1 pietruszka
2 cebule
1 kawałek selera
1 mała marchew
cukier i sól do smaku

Filety rybne zemleć razem z namoczoną uprzednio i odciśniętą bułką oraz z cebulą. Do zmielonej ryby dodać jajo, zieleninę, sól, pieprz i cukier. Wziąć czystą ściereczkę lub gazę, na środku posmarować margaryną i na tę posmarowaną część położyć r wałek uformowany z masy rybnej takiej długości, by zmieścił się na dnie szybkowaru. Zawinąć w ściereczkę i mocno zawiązać sznurkiem końce. Włożyć do szybkowaru, zalać wodą tak, by pokryła rybę. Do wody tej włożyć przeznaczone na wywar warzywa, posolić i pocukrzyć . Zamknąć szybkowar i ogrzewać 20 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Po ugotowaniu i ostygnięciu odwinąć ze ściereczki, pokroić ostrym nożem na plastry. Podawać z sosami, na zimno z majonezem lub zalać wywarem przygotowanym na galaretę.

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