
Ryba w papryce 10 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1111 razy.

Kuchnia z szybkowaru

50 dag ryby z małą ilością ości (węgorz

kerguleno

sielawa itp.)

2 cebule

2 ząbki czosnku

2 szklanki białego wina (lub zastępczo tyleż wody z octem winnym)

1 płaska łyżka przyprawy "Sapor"

1 płaska łyżeczka słodkiej papryki mielonej

sól i pieprz do smaku

Sprawioną rybę (jeśli węgorz, to obdarty ze skóry) pokroić na niewielkie kawałki w poprzek. Cebulę i czosnek posiekać, położyć na dno szybkowaru, na tym ułożyć rybę posypać przyprawą, solą i pieprzem, zalać winem. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 10 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD