
RYBA MORSKA W GALARECIE

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1556 razy.

60 dag dorsza, kerguleny lub morszczuka
3 ząbki czosnku
ocet
50 dag warzyw mieszanych (marchew, pietruszka, seler, cebula)
listek laurowy
ziele angielskie
pieprz
2 łyżeczki żelatyny
5 dag groszku konserwowego

Rybę umyć , oczyścić , odkrajać głowę, płetwy i ogon. Starannie, nacinając u nasady głowy, ściągnąć skórę w kierunku ogona. Skrajać filety, prowadząc ostry nóż wzdłuż kręgosłupa. Usunąć kręgosłup i w miarę możliwości ości uważając żeby nie uszkodzić mięsa. Czosnek obrać , rozetrzeć z solą lub przecisnąć przez praskę. Filety natrzeć czosnkiem, skropić octem pokrajać na porcje i pozostawić w przykrytym naczyniu na ok. 30 min w lodówce. Warzywa umyć , oczyścić , pokrajać , włożyć do wrzącej, osolonej wody. Gotować pod przykryciem przez ok. 15 min. Do wrzątku włożyć przygotowaną rybę, dodając jednocześnie listek laurowy i ziele angielskie. Gotować pod przykryciem na małym ogniu przez ok. 20 min. Ostudzić w wywarze. Żelatynę wymieszać z 3-4 łyżkami zimnej wody i pozostawić na ok. 15 min. Gdy napęcznieje, zagotować i odstawić . Porcje ryby wyjąć z wywaru, lekko oprószyć pieprzem, 2-3 marchewki z wywaru pokrajać ozdobnie. Przepędzić wywar przez gęste sito (wyłożone gazą), 1 1/3 szklanki wywaru wymieszać z rozpuszczoną żelatyną. Cienką warstwę płynu wlać na dno salaterki, przykryć , wstawić do lodówki. Gdy galareta zestali się, wyjąć z lodówki. Ułożyć na tym porcje ryby, przekładając przygotowaną marchewką i odcedzonym z zalewy groszkiem. Zalać wywarem z żelatyną, przykryć . Wstawić do lodówki do zestalenia. Podawać z dodatkiem chrzanu z jabłkiem, sosu chrzanowego i sałatek warzywnych.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD

,1713961382

Nadesłał(a): 2024-06-17 22:24:15