RYBA PIECZONA Z PIECZARKAMI

Dodano: 2010-01-01 17:27:47
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1332 razy.

60 dag filetów z ryby morskiej (dorsz, karmazyn, morszczuk, błękitek)
3 ząbki czosnku
2 łyżki drobno posiekanej naci pietruszki
pieprz
25 dag pieczarek,
1/2 szklanki wywaru z warzyw
sól
2 łyżki umytej, posiekanej naci pietruszki

Filety postawić w dolnej części lodówki. Gdy nieco rozmarzną, pooddzielać porcje. Czosnek obrać, opłukać, drobno posiekać, rozetrzeć z solą, wymieszać z posiekaną nacią pietruszki. Przygotowaną mieszaniną ponacierać porcje ryby, oprószyć pieprzem, ułożyć w niskim, szerokim żaroodpornym naczyniu, .wstawić do nagrzanego piekarnika, zrumienić. W czasie, gdy ryba rumieni się, umyć i oczyścić pieczarki, pokrajać w kostkę, wsypać do wrzącej wody, doprowadzić do zawrzenia i od razu odcedzić. Do pieczarek wlać wywar z warzyw, przyprawić do smaku solą. Zrumienioną rybę wyjąć z piekarnika, obłożyć równomiernie pieczarkami, polać wywarem. Naczynie przykryć folią i ponownie wstawię do piekarnika na 10-15 min. Gotową potrawę wyłożyć na półmisek, posypać pietruszką. Podawać z dodatkiem ziemniaków purée (1-1 1/2 łyżki na porcję) i z surówkami. Najlepiej nadaje się do tej potrawy zielona sałata.

Nadesłana(a): Cartall - Książka Kucharska na CD