
KARP LUB LESZCZ DUSZONY W PAPRYCE

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1222 razy.

1 ryba (po oczyszczeniu - ok. 60 dag)
15 dag cebuli
30 dag strąków papryki
sól
ostra sproszkowana papryka
3 łyżki umytej, posiekanej naci pietruszki

Rybę umyć , oczyścić z łusek, sprawić , odkrajać głowę razem ze skrzelami, płetwy i ogon. Oczyszczoną rybę umyć , pokrajać w poprzek w dzwonka, osolić . Cebulę obrać , opłukać , pokrajać w piórka. Paprykę umyć . Każdy strąk przekrajać wzdłuż, usuwając szypułkę u nasady i oczyścić z nasion. Strąki pokrajać w makaronik, wymieszać z cebulą, oprószyć ostrą papryką i solą. W niskim, szerokim rondlu ułożyć porcje ryby, przekładając papryką z cebulą. Podlać kilkoma łyżkami wrzącej wody. Przykryć i dusić na małym ogniu przez 30-40 min. Uduszoną potrawę wyłożyć na półmisek, posypać pietruszką. Podawać z dodatkiem ziemniaków z wody (1-2 na porcję) i surówek.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD

,1713974443

Nadesłał(a): 2024-06-18 07:41:06