KARP LUB LESZCZ DUSZONY W PAPRYCE

Dodano: 2010-01-01 17:27:47
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1396 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.

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

,1713974443
Nadesłał(a): 2024-06-18 07:41:06