
ZRAZY Z RYBY SŁODKOWODNEJ

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1183 razy.

60 dag oczyszczonej ryby (sandacz, szczupak)

1 białko

pieprz

sól

25 dag cebuli

2 dag grzybów suszonych

1/2 szklanki mleka

4 łyżki umytej, posiekanej naci pietruszki

Rybę umyć , ogolić łuski, sprawić , odkrajać głowę ze skrzelami, płetwy i ogon, umyć . Z oczyszczonej ryby skrajać filety, pokrajać w poprzek na porcje. Grzyby umyć , ugotować do miękkości, odcedzić , drobno posiekać . Cebulę obrać , opłukać , zetrzeć na tarce z dużymi otworami, posolić , ogrzewać mieszając na małym ogniu do czasu, aż zacznie żółknąć . Wówczas połowę cebuli wymieszać z grzybami, chwilę poddusić , przyprawić solą i pieprzem, ostudzić , wymieszać z białkiem. Przygotowanym w ten sposób nadzieniem smarować porcje ryby, zwijać ściśło w rulony, owinąć każdy nitką, bawełnianą. Rulony ułożyć w rondlu, przekładając resztą cebuli, podlać wywarem z grzybów. Przykryć , Dusić na małym ogniu przez ok. 40 min. Ubytki płynu uzupełniać , dolewając mleko. Gotowe zrazy wyłożyć na półmisek razem z sosem, który powstał w czasie duszenia. Posypać posiekaną nacią pietruszki. Podawać z dodatkiem ziemniaków z wody (1-2 na porcję) i z surówką z czerwonej kapusty.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD

,1713450411

Nadesłał(a): 2024-06-17 22:02:00