
Ragoût z ryby

Dodano: 2010-01-01 17:34:06

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1176 razy.

Kuchnia włoska

1 ryba gallinella zwana kapłonem o wadze 300 g

1 duża cebula

2 gałązki rozmarynu

3 gałązki natki pietruszki

5 łyżek oliwy z oliwek

sól

Do rondla wlać oliwę i lekko podsmażyć na niej pokrojoną cebulę. Rybę oczyścić, odfiletować, pokroić na kawałki, włożyć do rondla z cebulą i gotować 3 minuty. Po upływie tego czasu zalać zimną wodą, dodać sól, rozmaryn i natkę pietruszki. Całość gotować około 30 minut, a następnie rybę przetrzeć przez sito. Gotową potrawkę przełożyć do rondla, kilka minut trzymając ją na ogniu, by ragoût lekko odparowało. Tak przygotowane ragoût służy do przyprawiania ryb gotowanych, pieczonych oraz makaronu i ryżu.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD