Ragoút z ryby

Dodano: 2010-01-01 17:34:06
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1370 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 rago□t lekko odparowało. Tak przygotowane ragoút służy do przyprawiania ryb gotowanych, pieczonych oraz makaronu i ryżu.

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