Filety pieczone w sosie

Dodano: 2000-01-01 00:00:00
Język: Polski
Odwiedzono: 3170 razy.

60 dag filetów z ryby,

10 dag cebuli,

2 ząbki czosnku,

15 dag jabłek,

5 dag ketchupu,

sól, pieprz,

1/2 szklanki wywaru z warzyw,

4 łyżki posiekanej naci pietruszki

Cebulę i czosnek obrać, opłukać, posiekać, włożyć do wrzącego wywaru, ugotować do miękkości. Jabłko umyć, obrać, pokroić, dodać do miękkiej cebuli, rozgotować mieszając. Do masy dodać ketchup i 1-2 szklanki wody, przyprawić solą i pieprzem, dodać połowę naci pietruszki. Filety rozdzielić na porcje, ułożyć w żaroodpornym naczyniu, przekładając sosem. Naczynie przykryć, wstawić do nagrzanego piekarnika. Piec przez 40 min.

From Z.Wodecki <wodecki@kki.net.pl>