

---

# Ryba duszona w mleku

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2122 razy.

60 dag filetów z ryby,

2 ząbki czosnku,

2 łyżki cząbrzu,

3/4 szklanki mleka,

10 dag cebuli,

4 łyżki posiekanej zieleniny,

sól, pieprz

Filety rozmrozić natrzeć cząbrem i czosnkiem. Czosnek obrać , przecisnąć przez praskę i rozsmarować równomiernie na powierzchni filetów. Filety ułożyć w misce, przykryć , wstawić do lodówki na 1 godz. Cebulę obrać , opłukać , pokroić w piórka. W niskim szerokim rondlu układać filety, oprószając je solą i pieprzem i przekładając cebulą. Zalać wrzącym mlekiem. Dusić pod przykryciem na małym ogniu. Po około 20 min. wyłożyć uduszone filety na półmisek i posypać zieleniną. Podawać z ziemniakami.

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

---

Może być dobre. Ale jeszcze lepsze duszone w śmietanie 30%

Nadesłał(a):EP 2006-02-01 13:02:58