
Pulpety z ryby morskiej

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2167 razy.

50 dag filetów z ryby morskiej,

1 szklanka mleka,

2 białka,

15 dag cebuli,

4 łyżki posiekanej naci pietruszki,

sól, pieprz,

40 dag warzyw mieszanych (marchew, pietruszka, seler, por),

liście laurowe,

ziele angielskie

Filety zalać mlekiem, zostawić w lodówce na 30 min. Cebulę obrać , opłukać , drobno posiekać , wsypać na patelnię, posolić , podlać wrzącą wodą (pół szklanki), ogrzewać mieszając, aż zmięknie, a woda całkowicie odparuje. Filety odcedzić z mleka, osuszyć , zmielić w maszynce razem z cebulą i pietruszką. Do masy dodać białka, nieco soli i pieprzu. Wyrobić starannie masę robotem, następnie rękami zwilżonymi wodą formować okrągłe lub owalne pulpety. Układać je na zwilżonej desce, spłaszczyć nadając kształt okrągłych lub owalnych kotletów. Warzywa umyć , oczyścić , opłukać , pokroić , włożyć do wrzącej osolonej wody. Gotować pod przykryciem 15 min. Do wywaru dodać liście laurowe i ziele angielskie, następnie włożyć przygotowane pulpety. Gotować na małym ogniu 20-30 min.

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