
Dorsz po katalonsku

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2905 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 1 godz. 15 min.

1 kg filetów z dorsza,

100 g szynki,

500 ml białego polwytrawnego wina,

4 łyżki oleju,

1 łyżka smalcu,

2 duże ząbki czosnku,

1 duża cebula,

2 baklazany,

1 cukinia,

3 czerwone papryki,

6 pomidorów,

2 liście laurowe,

sol, pieprz.

1. Jarzyny umyć. Baklazany obrać, pokroić na grube plastry, posolic, odstawić

na sicie na 30 min. Cukinie obrać i pokroić na plastry. Pomidory sparzyć

wrzątkiem, obrać ze skórek i pokroić na ćwiartki. Z papryk wyjąć gniazda nasienne i pokroić w paski.

Cebule obrać i pokroić na plasterki. Czosnek grubo

posiekać.

2. W płaskim garnku rozgrzać 2 łyżki oleju, podsmażyć czosnek i cebule. Dodać

baklazany, paprykę, pomidory i cukinie. Dusić na małym ogniu 15 min stale

mieszając.

3. Filety umyć, osaczyć i posolic. Szynkę pokroić w paski.

4. W dużym garnku rozgrzać smalec i pozostały olej. Usmażyć filety z obu stron

na złoty kolor. Dodać pokrojona szynkę, zalać winem i dusić 5 min. Do ryby

dodać jarzyny i dusić razem jeszcze 5 min.

5. Rybę podawać na ogrzonym polmisku lub w naczyniu, w którym była przygotowana

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 14 "Kuchnia hiszpańska", strona 40.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)

