
Filety z soli w zielonym sosie

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2577 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 1 godz.

600 g filetów z soli,
100 g małych krewetek,
1 cebula,
1 marchewka,
150 g masła,
100 ml smietany,
200 ml białego wina,
2 żółtka,
2 filety anchois,
1 łyżka bazylii,
1 szalotka,
2 paczki zielonej pietruszki,
1 łyżka kaparów,
bouquet garni,
świeże zioła do przybrania,
250 ml wody,
sol, pieprz.

1. Filety umyć, osuszyć. Krewetki obrac ze skorupki, umyć w osolonej wodzie.
2. Marchewkę i cebulę obrac, opłukać, drobno pokroić. Zieloną pietruszkę opłukać pod bieżącą wodą, pokroić.
3. W garnku zagotować wodę z winem. Wrzucić marchewkę, cebulę i bouquet garni.

Posolic, gotować wywar 20 min.

4. Filety posypać solą i pieprzem. Na każdym położyć kawałek masła i złożyć na poł. Ułożyć filety w płaskim garnku, zalać wywarem, doprowadzić do wrzenia.

Zmniejszyć ogień do minimum, gotować 8 min. Ostrożnie wyjąć, odstawić w ciepłe miejsce. Wywar przecedzić, odparować do 1/3 objętości.

5. Przygotować sos: zmiksować smietanę, żółtka, resztę masła, pokrojona pietruszkę, kapary, szalotkę, bazylię i anchois. Wymieszać z odparowanym wywarem,

podgrzewać nie dopuszczając do zagotowania. Dodać sol i pieprz.

6. Krewetki włożyć do garnka, zalać wrzątkiem, trzymać w gorącej wodzie 2 min, wyjąć, osuszyć na sicie. Filety ułożyć na talerzach, polać gorącym sosem,

przybrać świeżymi ziołami i krewetkami.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 27 "Ryby i owoce morza", strona 72.

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