

---

# Ryba nadziewana kasza gryczana

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

Język: Polski

Odwiedzono: 1978 razy.

Porcja dla 4-6 osob. Czas przygotow. 1 godz. 10 min.

1 ryba wagi ok. 1,5 - 2 kg (leszcz, sandacz, szczupak),

200 g ugotowanej na sypko kaszy gryczanej,

2 jaja ugotowane na twardo,

1 duza cebula,

200 ml smietany,

3 lyzki masla,

1 lyzka maki,

sol,

1 swiezy ogorek,

kilka kiszonych jablek do przybrania.

1. Rybe oskrobac, odciac glowe i wypatroszyc nie rozcinajac brzucha. Umyc, dokladnie wytrzec od srodka i nasolic.

2. Jaja obrac i pokroic na czastki. Cebule obrac, drobno posiekac, zasmazyc na

1 lyzce masla na jasnozloty kolor, wymieszac z kasza gryczana i pokrojonymi jajkami.

3. Farszem tym napelnic rybe.

4. Rybe obtoczyc w mace i obsmazyc na pozostalym masle na jasnozloty kolor.

Przelozyc do rynienki i wstawic na 5 min do nagrzanego do temp. 220żC piekarnika.

5. Wyjac, polac smietana i ponownie wstawic do piekarnika na 5 min. W tym czasie rybe podlac kilkakrotnie sosem z pieczenia.

6. Podawac na polmisku wraz z sosem z pieczenia. Osobno podac swieze ogorki i kiszone jablka.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 2 "Kuchnia rosyjska", strona 34.

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