
Ryba po arabsku w sosie migdalowym

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2279 razy.

Porcja dla 8 osob. Czas przygotow. 2 godz. 15 min.

2 kg dorsza, karpia lub sandacza,

50 g obranych migdalow lub wloskich orzechow,

10 czarnych oliwek,

1 cytryna,

sol, pieprz, oliwa.

Marynata:

olej,

2 listki laurowe,

4 lyzki soku cytrynowego,

4 lyzki soku cebulowego,

1 lyzeczka majeranku lub tymianku,

1 zabek czosnku.

Sos:

4 kromki bulki,

250 g zmielonych migdalow,

2 zabki czosnku,

4-8 lyzek soku cytrynowego,

sos z pieczenia,

sol.

1. Rybe sprawic i wyplukac pod biezaca woda. Osuszyc, natrzec sola i pieprzem.

Zalac marynata i odstawic do chlodnego miejsca lub zakryc folia i wlozyc do lodowki na 1 godz.

2. Brytfanne wylozyc folia, dobrze wysmarowana oliwa. Przelozyc do niej rybe, zawinac i zagiac brzegi folii.

3. Piec rozgrzac do temp. 190°C. Wstawic do niego brytfanne z ryba i piec przez 1 godz.

4. Folie ostroznie odwinac, odlac sos z pieczenia do miseczki. Rybe przelozyc na polmisek i pozostawic do wystudzenia. 50 g migdalow podppiec pod grillem lub podsmażyc na suchej patelni na jasnobrazowy kolor.

5. Przygotować sos: namoczyć kromki chleba, a następnie dobrze je odcisnąć. Wymieszać ze zmielonymi migdałami, czosnkiem, sokiem cytrynowym i taką ilością

sosu z pieczenia, aby powstał gęsty sos. Sos ubić, a następnie zmiksować lub przetrzeć przez sito.

6. Rybę przybrać kawałkami cytryny, czarnymi oliwkami i smażonymi migdałami.

Oddzielnie w małych miseczkach podać sos.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 15 "Kuchnia arabska", strona 42.

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