
Ryba w sosie szafranowym

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2057 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 50 min.

700 g filetów z ryby o białym miesie,
200 g ugotowanych i obranych krewetek,
2 łyżki masła,
sol, pieprz,
listki zielonej pietruszki do przybrania.

Court bouillon:

2 obrane i pokrojone marchewki,
2 obrane cebule,
1 obrany i pokrojony por,
1 cytryna pokrojona w plasterki,
15 ziaren pieprzu.

Sos:

125 ml wytrawnego białego wina,
125 ml smietanki,
1 łyżka masła,
szczypta szafranu namoczonego w odrobinie wodki,
sol, pieprz.

1. Wszystkie składniki court bouillonu umieścić w rondlu i zalać 2 l zimnej wody. Zagotować na średnim ogniu, po czym gotować dalej na małym ogniu 20 min,

w miarę potrzeby odszumować.

2. Filety osolic, doprawić pieprzem i włożyć do gorącego court bouillonu. Gotować na bardzo małym ogniu (bulion powinien pozostać na granicy wrzenia) 7-8

min.

3. Masło rozpuścić na małym ogniu w rondelku o grubym dnie. Oproszyc makią i gotować, cały czas ubijając, aż do uzyskania jednolitej masy. Nie przestając

ubijając dodawać stopniowo śmietankę, następnie szafran i ubijać dalej aż do zagotowania się sosu. Zdjąć z ognia.

4. Krewetki obsmażyć krótko na masle.

5. Rybę wyłożyć na polmisek, polać sosem, przybrać krewetkami i listkami zielonej pietruszki. Podawać z ryżem.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 4 "Kuchnia francuska I", strona 58.

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