Sola w pomaranczach

Dodano: 2000-01-01 00:00:00
Język: Polski
Odwiedzono: 2505 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 55 min.

800 g filetow z soli,

2 marchwie,

1 seler,

2 pory,

2 pomarancze,

skorka z 1 pomaranczy,

1 lyzka smietanki,

50 ml likieru pomaranczowego,

sol, pieprz,

4 lyzki masla do smazenia.

1. Jarzyny obrac, umyc, pokroic w paski o szerokosci i grubosci 1mm, a dlugosci

3 cm. Obsmazac na 1 lyzce rozgrzanego masla, pod przykryciem, na malym ogniu

ok. 10 min. Zdjac z patelni i trzymac w cieple.

2. Pomarancze obrac ze skorek, ostrym nozem wykrawac z nich czastki miazszu

(bez pestek i blon wewnetrznych). Cieniutko obrana skorke z 1 pomaranczy pokroic w paski, tak jak jarzyny.

3. Filety osolic, doprawic pieprzem, obsmazac na 2 lyzkach rozgrzanego masla

4-5 min, nie dopuszczajac do ich zrumienienie. Zdjac z ognia i odstawic w

cieple miejsce.

4. Na patelni rozgrzac reszte masla, dodac skorke pomaranczowa i smietanke, wymieszac, wlac likier, wymieszac ponownie i zagotowac.

5. Usmazona rybe i warzywa ulozyc na polmisku, polac sosem i przybrac czastkami

pomaranczy.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 4 "Kuchnia francuska I", strona 54.

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