
Tunczyk z czarnymi oliwkami

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2602 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 1 godz. 15 min.

1 kg tunczyka,
2 duze cebule,
750 g dojrzalych pomidorow,
5 lyzek oleju,
150 ml wina (sherry lub jerez),
100 g czarnych oliwek,
100 g szynki (serrano lub westfalskiej),
1 zabek czosnku,
1 lyzka maki,
1/2 lyzeczki mielonej czerwonej papryki,
sol, pieprz,
olej do smazenia.

1. Rybe oczyszcic, umyc, pokroic na kawalki i zdjac skore. Kazdy kawalek osolic, obtoczyc w bulce i podsmażyc na oleju z obu stron. Odstawic.

2. Jarzyny umyc. Czosnek i cebule obrac, umyc i drobno posiekac. Pomidory sparzyc i zdjac skore. Pokroic na male kawalki. Szynke drobno pokroic.

3. W duzym garnku rozgrzac 5 lyzek oleju, wrzucic posiekany czosnek i cebule.

Smazyc na malym ogniu 5 min. Wlozyc pokrojona szynke i pomidory. Na pomidorach ulozyc podsmażona rybe, posypac papryka i wlac wino. Gotowac na malym

ogniu pod przykryciem 20 min.

4. Oliwki wrzucic do wrzatk i gotowac 2 min. Ostudzic, przekroic na pol, wyjac

pestki. Dodac do ryby i gotowac jeszcze 10 min. Doprawic sola i pieprzem.

Od czasu do czasu potrzasnac garnkiem, by sie ryba nie przypalila. Podawac

w tym samym naczyniu, w ktorym sie gotowala.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 14 "Kuchnia hiszpańska", strona 36.

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