

---

# Ryba po grecku 4

Dodano: 2000-08-02 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 8308 razy.

Czesc! Podam Ci przepis na rybe, ktora ja robie.

Jak najbardziej mozesz uzyc filety (moze byc morszczuk, mintaj ale najlepsze beda do tego filety z dorsza ze skorka). Skorka spowoduje, iz nie beda sie "rozwalaly".

Filety solisz, obtaczasz w mace i smazysz z dwoch stron na goracym oleju na zloty kolor.

Teraz podam Ci przepis na sos.

Potrzebne Ci do tego beda:

- marchew
- pietruszka
- por
- cebula

Marchew, pietruszke (na ok. kilogram filetow: 4 marchewki, 1 pietrucha, 1 maly por i 4 duze cebule) trzesz na terce jarzynowej. Por kroisz w plasterki. Wszystko to zalewasz woda, tak aby warzywa byly dobrze zakryte. Dodajesz wegete, sol, pieprz, ziele angielskie, lisc laurowy i dusisz na malym ogniu pod przykryciem.

W tym czasie podsmazasz pokrojona w plastry cebule. Podsmazona cebule wrzucasz do warzyw i razem podduszasz. Nastepnie dodajesz koncentrat pomidorowy.

Sos musi miec lekko kwaskawy a przy tym slodziutki smak.

Usmazona, jeszcze goraca rybe ukladasz warstwami w naczyniu i polewasz, a wlasciwie obkladasz sosem warzywnym.

Sos nie moze byc za rzadki.

Wstawiasz do lodowki, w celu schlodzenia.

Smacznego.

Agnieszka

From: Agnieszka <agakocz@polbox.com>

Jesli chodzi o mnie, ja zawsze jadam na cieplo. Bardziej mi wtedy smakuje. Polecam goraco, bo to naprawde pyszne! Pozdrawiam.

Iw.

From: "wli2sp" <wli2sp@friko6.onet.pl>

Musze przyznac, iz do tej pory "rybe po grecku" ja tez jadalam na cieplo np. z ziemniaczkami jako danie obiadowe.

Moj maz namowil mnie do zjedzenia jej na zimno, poniewaz jak twierdzil "Rybe po grecku jada sie tylko na zimno".

---

Zarówno ja jak i mój mąż mieliśmy rację, rybka jest pyszna pod tymi dwiema postaciami. Jeszcze raz polecam i życze smacznego!

Pozdrawiam,

Agnieszka.

From: Agnieszka <agakocz@polbox.com>

Dla mnie ryba po grecku (na zimno) zawsze była głównym i ulubionym daniem wigilijnym.

W wersji mojej mamy jest jeszcze seler. Gdy robie taką rybke (filety z dorsza) w sosie do ryby musi być bardzo dużo selera (stosuje proporcje 1:1 warzywa białe do marchewki).

Warzywa białe to cebula, pietruszka i seler właśnie. Przygotowuje podobnie jak Agnieszka, ale najpierw na dużej patelni podsmażam cebule, a później do tego dodaje resztę startych warzyw i dusze w oleju na patelni. Mała puszkę koncentratu dodaje gdy warzywka są całkiem miękkie.

Obowiązkowe przyprawy to listek laurowy i ziele angielskie (oprócz soli i pieprzu oczywiście). Tak samo obkładam rybke i polecam do konsumpcji na zimno, najlepiej na drugi dzień, żeby dobrze przeszła sosem.

Na ciepło taką rybke jadłam dopiero niedawno, ale IMHO za bardzo się rozwała w takiej wersji.

Pozdrawiam - Basia

From: Daniel Jarosik <djarosik@boss.zie.pg.gda.pl>

---

Te warzywka kochanie to się najpierw gotuje:  
Nadesłał(a): Beata <beatka910@wp.pl> 2005-12-22 19:12:13

Do Beaty. Z tym gotowaniem to przesadziłaś.  
Nadesłał(a): Waldemar <walja1@aster.pl> 2008-03-20 18:03:50