
Smażone małże z czerwoną kapustą i bananem

Dodano: 2000-09-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2097 razy.

Na 2 osoby:

Dwie małe garście mięsa małż lub puszkę wędzonych ostryg (być może można użyć mrożonych),

odcedzona oliwa z oliwek,

czosnek,

sol,

pieprz

1/2 małej główki kapusty (czerwonej)

1 łyżka soku z cytryny

1/2 łyżeczki majeranku

1 banan

2 łyżki cukru

2 łyżki soku z cytryny

1 łyżka pokruszonego białego sera

Pół główki kapusty poszatkować cienko.

Małże usmażyć szybko na małej ilości oliwy z czosnkiem. Do tej patelni sygnac garśc włoskich orzechów, posypać majerankiem, popieprzyć obficie, podsmazać chwilę.

Zdjąć z patelni na gorące talerze, dodać do patelni kapustę, posolic trochę, "wyszmyrgać", jak mówią poznaniacy, tę patelnię kapusta, pokropić 1 łyżką soku z cytryny, jak zwiednie, przelozyc na talerze obok małż.

Jednego banana podzielić na pół wzdłuż. Ciagle na tej samej patelni skarmelizować cukier, dodać sok z cytryny, i połowki banana. Nie smażyć za długo, bo banan się rozleci, przewrócić na drugą stronę.

Przelozyc banana na kapustę.

Wszystko posypać białym serem.

Podawać natychmiast.

Magdalena

From: magdalenab@aol.com (MagdalenaB)

Oj, boję się, że mrożonymi małżami nie zastąpi się wędzonych ostryg. Ale oczywiście przepis można wypróbować, pewnie wyjdzie coś dobrego.

Kłopot z mrożonymi małżami jest ten, że są one już ugotowane. więc we wszelkich przepisach wymagających gotowania (smazenia, pieczenia itp.) będą one gotowane powtórnie i nie będą nigdy miały smaku zbliżonego do małż świeżych. Nie dadzą też odpowiedniego smaku w zupach.

Niemniej można ich użyć jako zamiastki w różnych potrawach z owocami morza. Np. do paelli.

A ja robiłem z nich całkiem znośny clam chowder -- taką amerykańską zupę z małży.

Wladyslaw

From: wlos@tele.com.pl (Wladyslaw Los)

Ja to zjadlem (z ostrygami) i bylo dobre. Jedyny problem to ze orzechy + banan + ser nadaja potrawie bardzo ciezki charakter mimo ze wcale nie jest ciezkostrawna. .

Otworzylem do tego polwytrawne mozelskie wino i byl to blad. Wino musi byc mocno kontrastujace: bardzo wytrawne.

Generalnie to dzieki za przepis.

From: Stanislaw Semczuk <stanislaw_semczuk@adso.com.pl>