
Dorsz korzenny

Dodano: 2000-08-11 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2705 razy.

1 kg dorsza lub mintaja

po łyżeczce mielonych lub utłuczonych: pieprzu i kminku

pół łyżeczki gałki muskatołowej

2 utłuczone goź dziki

sok z cytryny

sól,

cukier do smaku

5 ząbków czosnku

olej lub oliwa

Jeżeli ryba jest mrożona, rozmrozić , osączyć . Oczyszczyć , ewentualnie sprawić i umyć . Czosnek obrać i zmiądzzyć z solą, wymieszać na pastę z sokiem z cytryny, a także z miodem lub cukrem w niewielkich ilościach i przyprawami.

Natrzeć nią rybę i odstawić na 2-3 godziny do lodówki.

W brytfannie rozgrzać trochę oleju lub oliwy, włożyć rybę, przykryć , wstawić do piekarnika i upiec do miękkości.