

Biała zupa rybna

Autor: **fafiatko**Przepisów: **592** Ocena: **11872**

3-4 os.



30 min



łatwe



tanie

Składniki:

- Filet z tłustszej ryby- u mnie płat karpia, może być łosoś 35 dag
- warzywa bulionowe: marchew, pietruszka, seler, kawałek, por kawałek,
- cebula, czosnek 2 ząbki
- przyprawy i dodatki: sól, pieprz, chili, koperek, skórka z cytryny,
- ziele angielskie, liść laurowy
- ziemniaki 6 szt, woda 1l
- śmietana 18% lub mleko kokosowe
- jeśli mamy to: łebki bez oczu, i kręgosłupy z filetowania innych ryb

Sposób przygotowania:

- 1 Wrzuciłam warzywa i pozostałości z filetowania ryb do garnka i zagotowałam. Na później zostawiłam jeden ząbek czosnku i koperek. i skórkę z cytryny.

Po 15 minutach dodałam pokrojony filet.

W sumie po trzydziestu minutach od zagotowania wody można kończyć zupę.

Wyłowiłam z niej warzywa, zielonego pora wyrzuciłam, marchew odłożyłam, a łebki i kręgosłupy obrałam z mięsa.

Wyłowiłam pozostałe białe warzywa oprócz ziemniaków i zmalaksowałam je. Do nich dodałam śmietanę w ten sposób ja hartując.

Wyjęłam też filet ryby, obrałam go ze wszystkich ości i w kawałkach dodałam do zupy wraz ze zmiksowanymi warzywami, i kawałeczkami mięsa z łebków- policzki są przepyszne.

Zupę zagotowałam na 5 minut, dodałam przeciśnięty czosnek, posoliłam, popieprzyłam, jeszcze startam odrobinę skórki ze sparzonej cytryny.

- 2 Po wyłączeniu ognia dodałam posiekany koperek. Marchewkę pokroiłam i dodałam do zupy.

Jest to przepis inspirowany zupą z knajpki Boston Port.

Smacznego :)

Twoje notatki do przepisu: