

Ryba po grecku



Autor: **karolinkakaja**
Przepisów: 24 Ocena: 1552



5-6 os. > 60 min Średnie przystępne



Składniki:

- filet z dorsza lub soli, 1 kg
- marchew, 5 szt
- pietruszka, 2 szt
- cebula, 3 szt
- seler, 1 szt
- koncentrat pomidorowy, słoiczek 180g
- pęczek pietruszki
- bulion z kostki rosołowej
- sól, pieprz, wg uznania
- cukier, wg uznania
- olej, do smażenia

Sposób przygotowania:

- 1 Filety opłukać, pokroić na małe kawałki, oprószyć solą i pieprzem, następnie panierować w mące - usmażyć na silnie rozgrzanym oleju.
- 2 Cebulę posiekać, pozostałe warzywa zetrzeć na tarce. Cebule zeszklić na oleju, dodać warzywa, krótko je przesmażyć.
- 3 Przygotowanym bulionem (ok 0,5l) zalać warzywa. Dusić 10min, dodając koncentrat pomidorowy, sól, cukier, pieprz i pokrojoną natkę pietruszki.
- 4 Do garnka kłaść na przemian warstwę pasty warzywnej i ryb.
- 5 SMACZNEGO!!! :-)

Twoje notatki do przepisu: