

Szprotki z ryżem do kanapek



Autor: **GREGORHSPEED**
Przepisów: **2124** Ocena: **47396**

 5-6 os.  30 min  łatwe  tanie

Składniki:

- 3/4 szklanki ryżu (u nas parboiled wymieszany pół na pół z dzikim)
- 2 puszki szprotek w oleju
- 1 puszka krojonych pomidorów
- pęczek natki pietruszki
- cebula
- łyżka oliwy z oliwek
- sól ,pieprz

Sposób przygotowania:

- 1 Ryż gotujemy bez soli al dente. Przelewamy zimną wodą i osączamy. Szprotki osączamy z oliwy ,przekładamy do miski i rozdrabniamy widelcem. Dodajemy ryż. Cebulę szklimy na oliwie ,dodajemy przetarte przez sito pomidory i dusimy na wolnym ogniu. Lekko redukujemy. Sos studzimy ,dodajemy do całości razem z posiekaną natką. Wszystkie składniki mieszamy ,do smaku doprawiamy solą i pieprzem. Wstawiamy do lodówki ,aby się „przegryzło”.

Twoje notatki do przepisu: