

Doradca Smaku XI: Zupa rybna ucha, odc. 11



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Na zupę:

czosnek	2 ząbki
cebula	1 sztuka
marchew	2 sztuki
seler	1 sztuka
ziemniaki	3 sztuki
filet z sandacza	1 sztuka
filet z karpia	1 sztuka
olej rzepakowy	3 łyżki
masło	25 gramów
Liść laurowy suszony Prymat	6 sztuk
bulion rybny	1 litr
cytryna	0,5 sztuki
natka pietruszki	1 pęczek

Na grzanki:

bagietka	1 sztuka
masło	25 gramów
czosnek	1 ząbek

Do smaku:

Liść laurowy suszony Prymat	do smaku
-----------------------------	----------

Sól morską jodowaną Prymat w młynku	do smaku
Pieprz kolorowy ziarnisty Prymat	do smaku
ziele angielskie	do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Czosnek i cebulę kroimy w drobną kosteczkę. Ugotowaną marchewkę kroimy w plasterki. Seler korzeniowy oraz ziemniaki kroimy w mniejszą i większą kostkę. Filety z sandacza i z karpia kroimy w większe kawałki. Do rozgrzanego garnka wlewamy olej rzepakowy oraz masło. Wrzucamy posiekany czosnek i cebulę, następnie warzywa: marchewkę, seler i ziemniaki, mieszamy. Całość podsmażamy. Dodajemy rybę, delikatnie mieszamy. Wrzucamy liście laurowe. Dolewamy bulion. Do smaku dodajemy mielone ziele angielskie, delikatnie mieszamy. Dopraviamy solą. Rolujemy cytrynę, którą następnie kroimy w plastry i dorzucamy do zupy. W moździerz rozgniatamy kolorowy pieprz, który dodajemy do zupy, całość mieszamy. Siekamy natkę pietruszki i wrzucamy do zupy nie gotując jej (chcemy zachować witaminy z pietruszki).

Bagietkę kroimy w małe kromki. Dodajemy do masła starty ząbek czosnku. Smarujemy grzanki masłem czosnkowym. Posypujemy świeżo mielonym czarnym pieprzem. Grzanki wykładamy na blachę wyłożoną papierem do pieczenia. Wkładamy do piekarnika na 10 minut i pieczemy w temperaturze 180 stopni (lub przy użyciu funkcji podwójnego grilla).

Podanie:

Gotową zupę wylewamy na talerz. Dodajemy plasterki cytryny oraz gałązkę natki pietruszki. Podajemy z grzankami.

Uwagi:

Ugotuj warzywa (marchew, seler, ziemniaki).

Ugotuj bulion rybny: czosnek, cebula, por, marchewka, seler, pietruszka, liść laurowy, ziele angielskie, głowy i grzbiety karpia oraz sandacza - zamiennie można użyć karpia, lina, suma (ryby słodkowodne) lub łososia, dorsza czy flądre (ryby morskie).