

mintaj smażony z grzybami

AGATA1722



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

mintaj	200 g
olej	10 g
mąka	5 g
cebula	50 g
pieczarki	50 g
natka pietruszki	2 g
śmietana	50 g
sól	
inne przyprawy	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Filety posolić, obtoczyć w mące i smażyć na mocno rozgrzanym tłuszczu. Grzyby drobno pokroić i dusić z małą ilością tłuszczu. Cebulę pokroić w krążki, dodać do ryby i smażyć, a następnie dodać grzyby. Mąkę wymieszać ze śmietaną, doprawić solą i pieprzem do smaku i połać rybę. Dusić.