

pulpety rybne na ostro

LIPKA02



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

jajko	1 sztuka
filet z dorsza	1/2 kg
olej	1/2 szklanki
chilli	trochę
cebula	2 sztuki
czosnek	2 ząbki
skórka cytrynowa	trochę
imbir	1/2 łyżeczki
sól	do smaku
pomidor	2 sztuki
mąka	1/4 szkl

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Filety opłukać, zemleć dwa razy w maszynce, wymieszać z jajem, odstawić.

Włożyć na patelnię z rozgrzanym olejem (2 łyżki): chwili, cebulę, czosnek, skórkę z cytryny, imbir, kolendrę i sól. Smażyć na małym ogniu przez 10 min., często mieszając. Wyjąć jedną trzecią podsmażonych przypraw, dodać do ryby, dokładnie wymieszać. Formować pulpety wielkości orzecha włoskiego, obtoczyć w mące.

Wlać resztę oleju (2 łyżki) na patelnię z przyprawami, podgrzać na średnim ogniu, wkładać pulpety, ostrożnie obracając, obsmażyć ze wszystkich stron, aż nabiorą złotego koloru. Dodać pomidory, lekko wymieszać, dusić pod przykryciem na małym ogniu przez 25 min.