

rolada rybna



AEKSANDRA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

filety z mintaja	80dag
cebula	
jaja	2
kajzerka	
mleko	1/2szkl.
Bułka tarta klasyczna Prymat	2łyżki
kapary	2łyżki
pęczek natki	
wywar warzywny	1l
ziele angielskie	
masło	1łyżka
pieprz	
sól	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kapary zalać szklanką wody i moczyć pół godziny. Filety, namoczoną w mleku, odciśniętą bułkę i cebulę zemieć. Do masy wbić jaja, wsypać bułkę tartą, osączone kapary i posiekaną natkę. Doprawić solą i pieprzem, wyrobić. Z masy rybnej uformować roladę, zawinąć ją w gazę wysmarowaną masłem. W podłużnym naczyniu zagotować wywar z warzyw z ziele angielskim i włożyć do niego roladę. Gotować na bardzo małym ogniu 40min. Pokrojoną w plastry roladę można podawać na gorąco i na zimno.