

## Ryba po grecku



### RUTYNKA



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

<b>marchewka</b>	2 sztuki
<b>filet z dorsza</b>	1 kg
<b>seler</b>	
<b>por</b>	
<b>pietruszka</b>	
<b>cebula</b>	3
<b>koncentrat pomidorowy</b>	4 łyżki
<b>mąka</b>	6 łyżek
<b>jajko</b>	
<b>sól</b>	
<b>cukier</b>	
<b>cytryna</b>	
<b>Liść laurowy suszony Prymat</b>	
<b>pieprz</b>	
<b>olej</b>	
<b>Bułka tarta klasyczna Prymat</b>	

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Marchewkę, pietruszkę i seler należy obrać i pokroić w cienkie paseczki. Por i cebulę pokroić w plasterki. Następnie w patelni rozgrzać olej i wrzucić do niego warzywa. Poddusić około 5 minut i podlać niewielką ilością wody. Dusić około 40 minut. Doprawić przyprawami i koncentratem. Następnie filety z dorsza skropić sokiem z cytryny, posypać solą i pieprzem. Panierować w jajku i bułce tartej, usmażyć. Rybę należy podawać razem z warzywami.  
Smacznego:)