

## Tuńczyk panierowany w cytrynowym pieprzu

**MARCIN46**



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

<b>Pieprz cytrynowy mielony Prymat</b>	4 łyżki
<b>olej do smażenia</b>	2 łyżki
<b>masło</b>	2 łyżki
<b>shery</b>	100 ml
<b>śmietana 12%</b>	100 ml
<b>tuńczyk</b>	700 gram
<b>sos grzybowy</b>	100 ml

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Tuńczyka pokroić w plastry po 2,5 cm. Każdy obtoczyć w cytrynowym pieprzu.

Na patelni rozgrzać olej z masłem i smażyć tuńczyka po 5 minut z każdej strony.

W rondelku zrobić sos z shery, sosu grzybowego z dodatkiem śmietany na końcu. Całość gotować 10 minut a śmietanę dodać minute przed końcem, ciągle mieszając.

Usmażoną rybę podawać polaną sosem na ciepło.

Przepis z południowej Francji. Tam go jadłem ;)