

Sandacz po bretańsku



JAREK6



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

sandacz	2 kg
cebula czerwona	2 sztuki
pieczarki	400 gram
żółtko jajek	4 szt.
marchew	60-80 gram
masło	70 gram
mąka	4-5 łyżek
szyjki rakowe	120 gram
wino białe wytrawne	300 ml
sok z jednej cytryny	
sok z 1 pomarańczy	
Kucharek przyprawa uniwersalna	
Czosnek suszony Prymat	5 gram
Liść laurowy suszony Prymat	2 sztuki
Bułka tarta klasyczna Prymat	2 łyżki
Zioła prowansalskie suszone Prymat	3-4 łyżki
prawdziwki	1 szt., suszone
jajko	1 szt.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Sandacza sprawić: oskrobać, rozciąć brzuch, usunąć wnętrzności i skrzela. Odciać głowę, ogon i płetwy, rozciąć rybę wzdłuż grzbietu, mięso odciąć od kręgosłupa z ośćmi, a następnie od skóry. Filety skropić sokiem z cytryny i pomarańczy odstawić na 30 minut.

Warzywa obrać, opłukać, zalać 500 ml wody, wlać wino, dodać głowę, ogon, płetwy, kręgosłup z ośćmi i skórę z ryby oraz liść laurowy, wywar doprawić solą i kucharkiem gotować 20 minut i przecedzić.

Z filetów odkroić 200 g mięsa z części przy ogonie i boków. Pozostałe mięso pokroić na 8 równych kawałków i gotować 10 minut w przecedzonym wywarze od chwili, gdy ponownie się zagotuje. Ugotowaną rybę wyjąć z wywaru. Wywar zachować i doprawić czosnkiem w granulach.(można dodać listek laurowy)

200 g odłożonego mięsa zmiksować z 1 jajkiem, 2 łyżkami tartej bułki, 1 łyżką mąki i 1 łyżką masła. Masę doprawić solą pieprzem i ziołami pryamat, formować z niej pulpety wielkości włoskiego orzecha, obtaczać w 2 łyżkach mąki. Zagotować ponownie wywar, wrzucić pulpety, gotować je 2 minuty od wypłynięcia na powierzchnię i odcedzić.

Wywar przecedzić i odparować do objętości 500 ml. Pieczarki obrać, opłukać, pokroić na plasterki, usmażyć na 2-3 łyżkach masła. Można dodać trochę grzybów suszonych dla aromatu i czosnku.Jego smak powinien być ziołowo-czosnkowy.

Na pozostałym maśle przesmażyć łyżkę mąki, wlać wywar. Gotować mieszając 5 minut, dodać pieczarki, pulpety i szynki rakowe. Podgrzewać na małym ogniu, doprawić solą i pieprzem, zdjąć z ognia i zaciągnąć 4 żółtkami.(nadal kontrolujmy smak powinien być łagodny ale wyczuwalny aromat czosnku i ziół)

Z bułki wykroić 8 grzanek i zrumienić je w piecu. Na talerzach ułożyć grzanki, na nich ugotowane filety i polać sosem.

Do sosu można dodać 2 trufle pokrojone na plasterki, 1 posiekane mleczko cielęce i doprawić sos kilkoma kroplami maggi.

Podajemy na podgrzanym talerzu z odpowiednim winem tak łagodnym bukietem (najlepsze są sandacze dzikie nie zbyt stare gdyż mięso może smakować błotniasto)