

Suflet krewetkowy



JOLANTA40



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

masła	50 g
krewetek (świeżych lub rozmro	70 g
mąki pszennej	25 g
mleka 2%	225 ml
jajko	2 szt
koperek	2 łyżki
sól	1 szczypta
cytryna	1 szt
pikantna mieszanka przypraw	1 szczypta
pomidory suszone	1 z bazylią

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Na patelni rozpuszczamy 25 g masła. Krewetki oczyszczone skrapiamy sokiem z cytryny i doprawiamy solą i pikantną mieszanką przypraw. Krewetki przekładamy na patelnię i smażymy kilka minut. Pod koniec smażenia dodajemy suszone pomidory z czosnkiem i bazylią.

W osobnym rondelku roztopiamy 25 g masła. Dodajemy mąkę intensywnie mieszając i trzymamy 1 minutę. Zdejmujemy z ognia ciągle mieszając i dodajemy stopniowo mleko i ponownie dajemy na gaz. Mieszymy aż sos zgęstnieje.

Krewetki rozdrabniamy w szatkownicy Triblade razem z 3 gałązkami koperku i wlewamy do nich sos i dodajemy żółtka jajek.

Białka ubijamy z szczyptą soli trzepaczką Triblade i następnie delikatnie mieszamy z resztą masy.

Przekładamy do nasmarowanych masłem koklików.

Pieczemy w 200 C około 10 minut.