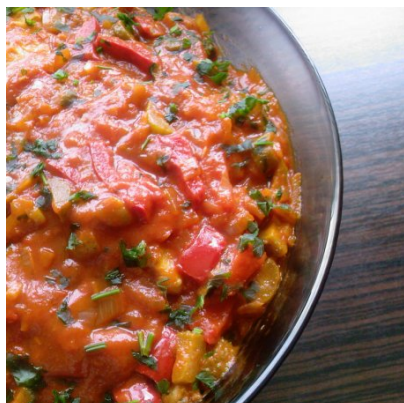


Ryba po japońsku



MUFINKA79



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

filet z mintaja	1 kg
cebula	2 sztuki
papryka czerwona	2 sztuki
ogórki konserwowe	5-6 sztuk
koncentrat pomidorowy	1 słoiczek
cukier	4 łyżki
ocet	4 łyżki
sól	do smaku
ostra papryczka piri piri	1 sztuka
woda	1/2 szklanki
przyprawa do potraw	do smaku
jajko	1 sztuka
mąka pszenna	1 szklanka
mleko	1/2 szklanki
olej do smażenia	
ketchup	4 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Rybę posypać jarzynką i pieprzem i obtoczyć w cieście naleśnikowym, które przygotowujemy jak na naleśniki z mąki, jajka i mleka. Rybę smażymy na oleju. odstawiamy. Cebulę kroimy w półplasterki, ogórki w półplasterki i paprykę kroimy w paseczki. Na tym samym oleju co smażyliśmy rybę smażymy kolejno cebulę, paprykę, a na koniec dorzucamy ogórki, dolewamy wodę, dodajmy koncentrat pomidorowy niecały słoiczek, w razie potrzeby dokładamy resztę, ketchup i resztę przypraw i dusimy przez około 10 -15 minut.

W naczyniu układamy na przemian rybę, sos warzywny i znowu rybę, na wierzchu polewamy resztą sosu, posypujemy natką pietruszki. Najlepiej przygotować dzień wcześniej, tak aby smaki modły się przegryźć. Smacznego!