

mintaj w cieście



PAWEL007



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

filet z mintaja 70 dkg

sok z cytryny

sól, pieprz

olej do smażenia

Ciasto:

mąka 4 łyżki

jaja 2

śmietana 2 łyżki

sól

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

filety opłukać, posypać solą i pieprzem, skropić obficie sokiem z cytryny, wstawić na 1 godzinę do lodówki. z mąki, śmietany i jaj przygotować dość gęste ciasto, posolić je. filety maczać w cieście od razu kłaść na rozgrzany na patelni olej. lekko zrumienić z obu stron.