

Śledzie po rybacku



JUSTYNA87



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

cebule	2
marchew	
pietruszka	
seler	
śmietana	3 łyżki
margaryna	4 łyżki
bulion	0.5 szklanki
mąka	2 łyżki
gałka muskatołowa	
pieprz	
sól	
śledzie	75 (tzw. zielone)

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Śledzie wypatroszyć i dobrze wymoczyć. Zdjąć skórę i ściąć filety. Oczyszczone warzywa pokroić w plastry i udusić w 2 łyżkach margaryny. Filety oprószyć mąką i usmażyć na reszcie tłuszczu, następnie dodać do jarzyn, podlać wywarem, przyprawić do smaku i poddusić. Pod koniec duszenia dodać śmietanę. Podawać z ziemniakami i surówką z sezonowych warzyw.