Klopsiki z ryby gotowane



KORAL

CZAS PRZYGOTOWANIA
30 MIN

ILOŚĆ PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

klopsiki	
ryba	350 g surowa bez ości i skóry
jajko	45 g (1 małe)
bułka czerstwa	35 g
mleko	60 g
Koperek suszony Prymat	
Majeranek suszony Prymat	
sól	odrobina
jarzyny	
marchew	2 sztuki
pietruszka	1 sztuka
seler korzeniowy	1/2 małej sztuki
Majeranek suszony Prymat	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

KROK 1 Rybę surową i namoczoną w mleku bułkę przepuścić przez maszynkę.
Dodać jajko, majeranek , zielony koperek i sól. Wyrobić do połączenia składników.

KROK 2 Z ryby uformować kotleciki i wstawić do lodówki.

KROK 3 Warzywa obrać , drobno pokroić.
Na patelnię wlać odrobinę oliwy, wsypać warzywa , dodać odrobinę soli i cukru.i podlać 300 ml wody.
Nie przykrywając patelni gotować na wolnym ogniu ok. 10 minut.

KROK 4 Gdy woda lekko odparuje delikatnie wkładamy kotleciki. Przykrywamy i dalej na wolny ogniu gotujemy je około 10 minut.
Po tym czasie ostrożnie przekładamy je na drugą stronę i dalej gotujemy ok. 10 minut.
Podajemy z warzywami do ziemniaków.