

ryba po grecku



KATE131



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

marchewka	70 dag
duza pietruszka	4 szt
seler	1 szt
cebula	2-3 szt
filety z mintaja	80 dkg

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Pokroic drobno cebule i poddusic na wodzie i oliwie. Jarzyny zetrzec na grubym tarku i dusic do miękkości. Dodac sol i pieprz do smaku.

Woda do garnka + ziele angielskie +sol + kostka rosolowa + lisc laurowy-wrzucic rybe na wrzaca wode i gotowac 5 min.

Jarzyny dodac do cebuli i dusic do miękkości (podlac woda).

Dodac troszeczke cukru.

Na koncu dodac przecier pomidorowy 3-4 lyzki (2 male)

Jeszcze raz zagotowac. Rybe posypac przyprawa do ryb.