



przepisy.pl

Dorsz, karmazyn, morszczuk lub dorada po polsku

 45 minut  3 osoby  Łatwe

Składniki:

- cebula - 80 gramów
- ziele angielskie - 1 ziarno
- liść laurowy - 1 sztuka
- pieprz - 1 szczypta
- sól - 1 szczypta
- jajka - 2 sztuki
- masło - 40 gramów
- natka pietruszki - 2 łyżki
- sok z cytryny - 3 łyżki
- włoszczyzna - 300 gramów
- filety z wybranej ryby - 600 gramów

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

Sposób przygotowania:

1. Filety włóż do torebki polietylenowej i zwiąż tak, aby nie dostała się woda. Następnie rozmroź w wodzie w temperaturze do 18 stopni.
2. Rozmrożone filety pokrój na porcje, opłucz, osusz i skrop sokiem z cytryny. Posyp przyprawami i pozostaw w chłodnym miejscu na 30 minut.
3. Jajka ugotuj na twardo i obierz, po czym posiekaj.
4. Warzywa umyj, obierz, opłucz i pokrój w paski. Następnie zalej wodą i ugotuj.
5. Pod koniec gotowania dodaj przyprawy i rybę.
6. Ugotowaną rybę ułóż na półmisku. Obłóż warzywami.
7. Masło roztop i wymieszaj z jajkiem. Polej rybę i posyp natką pietruszki.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl