



przepisy.pl

Dorsz, karmazyn, morszczuk lub dorada smażona

 45 minut  3 osoby  Łatwe

Składniki:

- pieprz - 1 szczypta
- bułka tarta - 40 gramów
- jajka - 2 sztuki
- mąka - 40 gramów
- oliwa - 3 łyżki
- sok z cytryny - 4 łyżki
- 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.
3. Posyp przyprawami i pozostaw w chłodnym miejscu na 30 minut.
4. Posyp mąką i panieruj w rozmąconych jajkach i tartej bułce.
5. Przygotowane filety kładź na silnie rozgrzany tłuszcz i zarumień z obu stron.

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