



Ryba a la flaczki

przepisy.pl

 45 minut  4 osoby  Średnie

Składniki:

- cebula - 2 sztuki
- majeranek - 1 łyżeczka
- olej - 4 łyżki
- seler - 0.5 sztuk
- marchew - 1 sztuka
- por - 1 sztuka
- pieprz - 1 szczypta
- pomidory - 3 sztuki
- mąka pszenna - 1.5 łyżek
- sól - 1 szczypta
- pietruszka - 1 sztuka
- imbir - 0.5 łyżeczek
- mąka ziemniaczana - 1 łyżka
- papryka - 1 łyżeczka
- natka pietruszki posiekana - 2 łyżki
- filety z morskczuka - 500 gramów

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

Sposób przygotowania:

1. Oczyszczyć warzywa, pokroić je w słupki i podsmażyć.
2. Warzywa posól, skrop wodą i duś do miękkości pod przykryciem.
3. Oprószyć mąką, przypraw pieprzem, imbirem i papryką.
4. Rybę pokroić w słupki, obtocz w mące pszennej wymieszanej z ziemniaczaną i obrumień na silnie rozgrzanym tłuszczu.
5. Pomidory pokroić, i dodaj wraz z rybą do warzy. Uduś i posyp natką pietruszki.

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