

Ryba na parze

Przepis dodany przez użytkownika meg47



Smacznego :)

Ilość porcji: 1-2
Stopień trudności: łatwe

Potrzebne składniki:

- dorsz - 80 dag
- cytryna - 1 szt.
- sól -
- drobno zmielony biały pieprz -
- kilka liści jarmużu lub szpinaku -
- sos pomidorowy -
- masło - 1 łyżka(i)

Etapy przyrządzania:

- 1.** 1. Rybę umyć, osuszyć, skropić sokiem z cytryny, oprószyć solą i białym pieprzem, odstawić na godzinę.
2. Liście jarmużu umyć, wrzucić na osolony wrzątek, gotować 5 minut.
3. Rybę pokroić na 4 porcje, ułożyć na specjalnej wkładce do gotowania na parze (może być też na sicie lub siatce) umieścić na garnku z wrzątkiem, przykryć i gotować, aż ryba będzie miękka.
4. Liście jarmużu lub szpinaku podgrzać, ułożyć na talerzu, na nim ugotowaną rybę, na wierzchu wiórki zmrożonego masła. Podawać z ryżem lub ziemniakami.