

Pyszny Dorsz Marynowany

Przepis dodany przez użytkownika kolokwi



Trochę trwa ale warto się poświęcić :)

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- dorsz - 1 kg
- zielone oliwki - 1 słoiczek 156 ml
- jedna średnia zielona papryka -
- jedna cytryna -
- jedna cebula -
- łyżki oleju - 8 szt.
- ostre suszone papryczki - 4 szt.
- ocet winny - 150 ml
- mąka - 5 łyżek
- listki laurowe - 8 szt.
- goździki - 4 szt.
- sok z jednej cytryny -
- ząbek czosnku -
- sól i pieprz -

Etapy przyrządzania:

- 1.** Filety umyć i osuszyć. Skropić sokiem z cytryny, odstawić, pod przykryciem, na 5 minut. Natrzeć dokładnie solą i pieprzem, pokroić na mniejsze kawałki.
- 2.** Obtoczyć rybę w mące. Rozgrzać na dużej patelni 4 łyżki oleju. Podsmażyć rybę na żółty kolor, a następnie smażyć, na średnim ogniu, do miękkości, jeszcze 5 minut.
- 3.** Wyłożyć kawałki ryby do dużego naczynia, porcelanowego lub z kamionki. Przygotować marynatę. W tym celu sparzyć wrzątkiem cytrynę, osuszyć, pokroić w plasterki. Oczyszczyć paprykę z gniazd nasiennych, umyć, pokroić w kostkę. Obrać i umyć cebulę, pokroić w cienkie krążki. Obrać czosnek, pokroić w plasterki.
- 4.** Wymieszać w garnku przygotowane składniki. Dodać ocet i osączone na sitku oliwki (najlepiej wykorzystać oliwki bez pestek, ewentualnie nadziewane papryką lub migdałami), wlać 100 ml wody.
- 5.** Pokroić suszoną papryczkę na małe kawałki, wrzucić wraz z goździkami i listkami laurowymi do marynaty. Gotować marynatę, na dużym ogniu, przez jedną minutę.
- 6.** Zalać dorsza gorącą marynatą. Wlać resztę oleju. Odstawić rybę pod przykryciem na 24 godziny. Podawać ze świeżym białym pieczywem.