



Gotowana ryba z pomidorami i pieczarkami

Autor: najlepszewkuchni.pl

Sycące i lekkostrawne danie, które idealnie sprawdzi się jako rodzinny obiad. Bardzo dobrze pasuje zarówno do ziemniaków, jak i do ryżu.

Przygotowanie

Krok 1
Porcje ryby umieszczamy w rondlu, wlewamy 3 szklanki gorącej wody, dodajemy sól, liście laurowe i gotujemy na średnim ogniu ok. 20-30 minut.

Krok 2
Pieczarki kroimy na plasterki, dodajemy sól, 1,5 łyżki masła i dusimy na małym ogniu z zamkniętą pokrywką do miękkości. Świeże pomidory sparzamy wrzącą wodą, aby pozbyć się skórki.

Krok 3
Drobno posiekaną cebulę lekko smażymy na maśle, posypujemy mąką, mieszamy, a następnie dodajemy pomidory, pieczarki i ponownie mieszamy.

Krok 4
Do tego dolewamy bulion, doprowadzamy do wrzenia, aż zgęstnieje. Rybę kładziemy na półmisku, polewamy otrzymanym sosem. Całość możemy podać np. z ryżem.

Danie: **Obiad,**

Osób: **4**

Czas: **Do 1h**

Poziom trudności: **Średnie**

Składniki:

1 kg ryby (flądra, dorsz, karp)

2 liście laurowe

1 łyżeczka soli

Sos:

10 świeżych pieczarek

4 pomidory

2 cebule

2 łyżki masła łaciate

1 łyżka mąki

1 szklanka naturalnego bulionu warzywnego

1 łyżeczka soli