TANIEGOTOWANIE.com

Paluszki Rybne

Kuchnia: europejska
Czas przygotowania: 45 do 60min.
Danie dla: 3 osób
Stopień trudności: 4/10

Składniki:

- filet z ryby - 350-400 g
- ziemniaki - 200g
- jajko - 3 szt.
- kasza manna - 1 łyżka
- sól
- pieprz
- cytryna - 2 łyżki

Opis przygotowania:

Panierka : 1 szklanka bułki tartej , 1 szklanka krakersów , olej do smażenia. Ugotowane ziemniaki rozgniatamy dokładnie widelcem, dodajemy jajko i pokrojoną w kostkę rybę. Wyrabiamy dokładnie. Dodajemy bułkę tarta i kaszę, sok z cytryny, sól, pieprz i mieszamy. Krakersy wkładamy do woreczka foliowego i rozgniatamy je, wałkiem. Mieszamy z bułką tartą. Formujemy 12 paluszków, nie muszą być idealne, każdy z nich obtaczamy w panierce. Smażymy od razu, na złoty kolor lub pieczemy. Podajemy z pieczonymi frytkami i zielona sałatą. Pieczone frytki. Ziemniaki obieramy, kroimy i dokładnie płuczemy. Zostawiamy na sicie, aby wyschły. Przekładamy je do miski i dodajemy: 1-2 łyżki oliwy z oliwek, szczyptę soli, pieprz i paprykę. Wszystko dokładnie mieszamy i przekładamy na blachę wyłożoną folią aluminiową. Pieczemy ok. 20 minu w temperaturze 170°C. Smacznego!

Zapraszamy na www.taniegotowanie.com!