

FÚSZERES BURGONYAGEREZDEK SÖRTÉSZTÁBAN SUÍLT



Fűszeres burgonyagerezdek sörtésztában sült tőkehállal - Aviko Food Service

Fűszeres burgonyagerezdek sörtésztában sült tőkehállal - Aviko Food Service Elkészítés
A halat darabokra vágjuk és összemorzsolts babérlevéllel, citromhéjjal, sóval, borssal ízesítjük, aztán 30 percig állni hagyjuk. Sört, lisztet, sót és cayenne borsot összekeverünk és 20 percig állni hagyunk. Utána megtisztítjuk a halat a babérlevéltől és sörtésztába forgatjuk. Forró zsírban aranybarna színűre sütjük. Olívaolajat és citromlevet összetört fokhagymával összekeverünk és hozzáadjuk az összevágott zöldséget. Sóval és borssal ízesítjük. A burgonyagerezdeket a csomagoláson található javaslat szerint megsütjük. Az elkészült ételt forrón tálaljuk.

Elkészítés

A halat darabokra vágjuk és összemorzsolts babérlevéllel, citromhéjjal, sóval, borssal ízesítjük, aztán 30 percig állni hagyjuk. Sört, lisztet, sót és cayenne borsot összekeverünk és 20 percig állni hagyunk. Utána megtisztítjuk a halat a babérlevéltől és sörtésztába forgatjuk. Forró zsírban aranybarna színűre sütjük. Olívaolajat és citromlevet összetört fokhagymával összekeverünk és hozzáadjuk az összevágott zöldséget. Sóval és borssal ízesítjük. A burgonyagerezdeket a csomagoláson található javaslat szerint megsütjük. Az elkészült ételt forrón tálaljuk.

Hozzávalók

- Fűszeres burgonyagerezdek 1 kg
- tőkehal 1,6 kg
- sör 0,3 liter
- liszt 0,3 kg
- só 0,5 teáskanál
- cayenne bors 0,5 teáskanál
- jégсалáta 1 db
- zöldbab 0,5 kg
- friss uborka 0,5 kg
- retek 1 csomó
- petrezselyem zöldje 1 csomó
- olívaolaj 0,2 liter
- fokhagymagerezd 2 db
- citrom 1 db
- só, bors ízlés szerint
- babérlevél, citromhéj ízlés szerint



Je kunt zoveel meer (met Aviko)