

Ryba w pierzynie

Przepis dodany przez użytkownika Marzena

zdrowa i smaczna

Czas przygotowania: 40 minut

Ilość porcji: 5-6

Stopień trudności: bardzo łatwe

Koszt: 18 PLN

Potrzebne składniki:

- filety z mintaja - 1 kg
- mąka - 1 szkl.
- sól, pieprz -
- jajka - 2 szt.
- mleko - 1 szkl.
- woda - 1 szkl.
- olej -

Etapy przyrządzania:

1. Rybę oprószyć solą i pieprzem. Mąkę zmiksować z żółtkami i mlekiem. Na koniec domieszać wodę i pianę z białek i odstawić na 20 minut. W rondlu rozgrzać olej, kawałki ryby zanurzać w cieście i kłaść na rozgrzany olej. Smażyć na rumiano z obu stron.

Jak podawać?

na ciepło lub na zimno

