

10.012 Rybie filé na labužnícky spôsob

Receptúra

| Potraviny | Množstvo v kg, l, ks |
|--------------------------|-------------------------|
| rybie filé | 1,15 |
| zemiaky | 3,20 |
| olej | 0,09 |
| vajcia | 3 |
| karfiol | 0,80 |
| soľ | 0,02 |
| maslo | 0,06 |
| smotana sladká | 0,20 |
| múka | 0,04 |
| cibuľa | 0,15 |
| paprika červená mletá | 0,01 |
| petržlenová vňať | 0,01 |



Výrobný postup

Umyté rybie filé pokrájame na porcie, obalíme v múke, rozmiešanej s červenou paprikou. Umyté zemiaky uvaríme v šupke, necháme vychladnúť. Vajcia uvaríme na tvrdo. Očistený, umytý karfiol rozoberieme na ružičky a uvaríme. Na vymastené pekáče ukladáme zemiaky pokrúpané na plátky, pokrúpané vajcia, uvarený karfiol, očistenú pokrúpanú cibuľu, rybie filé a pečieme. Pred dopečením zalejeme smotanou, pridáme maslo, soľ, posypeme umytou posekanou petržlenovou vňaťou a dopečieme ešte 20 minút.

Príloha: Zeleninové šaláty.