Žuvies karis

Parašė zvejams.lt
Penktadienis, 05 Rugpjūtis 2011 22:18

Šį receptą pagaminti ir pasitobulinti pagal savo poreikius įkvėpė knyga “Metai Beatos virtuvėje”. Būtent iš šios knygos ir yra paimtas recepto pagrindas. Jį koregavau atsižvelgdama į savo piniginės storį ir tai, ką galima rasti vidutinio dydžio “Maxima” prekybos centre.

Viso patiekalo pagaminimas kainavo 13, 59Lt, tad vienam žmogui kainuoja maždaug 2,72 Lt.

Iš pradžių pažvelgus į ingredientų sąrašą sudvejojau, ar tikrai gaminti. Atrodė, kad ne visi produktai idealiai glunda vienas prie kito. Surizikavau ir tuo labai džiaugiuosi, nes rezultatas gavosi daugiau negu skanu!:)

Knygoje pateikiamus kiekius mažinau per pusę, nes buvo nurodyta, jog patiekalo užtektų 4-6 žmonėms. Na, bet mano pastebėjimas yra tai, kad su tokiais kiekiais, kuriuos aš naudojau, tikrai užtektų pamaitinti tokį patį kiekį žmonių.

Taigi “Žuvies kariui” pagaminti reikia:

- 1 svogūno
- šiek tiek aliejaus
- 5 konservuotų aitriųjų paprikų

- Žiupsnelis malto imbiero
- 3 skiltelės česnako
- 1 v. š. kario
- 1 a. š. maltos kalendros
- 2 bulvės
- 1 nedidelė cukinija
- 1 žalia paprika
- 1 bananas
- 4 v.š. pomidorų pastos
- Stiklinė vandens
- Druskos
- 200 ml. koksų pieno
- 2 v.š. kokosų drožlių
- 400 g. žuvies
- šiek tiek citrinos sulčių

Visų pirma atsargiai nulupame svogūną, kad neašarotų akys ir jį smulkiai supjaustome:) Tuomet svogūną beriame į puodą, kuriame jau yra šiek tiek aliejaus. Jeigu turimo puodo dugnas yra plonas, tuomet viską gaminame nustatę silpniausią ugnį. Svogūną apkepiname tol, kol jis lengvai suminkštėja, bet dar nebūna parudavęs.

Tuomet smulkiai supjaustome papriką ir dedame ją į svogūnus, kad lengvai apkeptų.

Nusilupame česnako skilteles ir jas taip pat smulkiai supjaustome. Tada dedame jas į puodą, kuriame jau čirška paprika ir svogūniukas. Beriame imbierą. Viską pakepiname maždaug 2 minutes.

Tuomet sudedame likusius prieskonius: kario miltelius, maltą kalendrą. Viską dar pakepiname 2 minutes. Svogūnai turi apsivelti prieskoniais, jeigu masė gaunasi pernelyg tiršta galima papildomai dar įpilti šiek tiek aliejaus.

[illegible]

[illegible]

[illegible] sulčių ir paragaujame. Jeigu trūksta

[illegible] su ryžiais. SKANAUS!