Troškinti karpiai

Parašė Joana Brūžytė
Antradienis, 09 Balandis 2013 15:26

Receptas tinka karpiams, karšiams, karosams, kuojoms ruošti.



Grietinę padažui naudokite riebesnę, jogurtinė netiks – kaitinama ji pakeičia konsistenciją.

Reikės:

4 nedidelių karpių,

½ stiklinės tarkuotų krienų,

stiklinės grietinės,

½ stiklinės daržovių nuoviro arba sultinio,

svogūno,

šaukšto sviesto,

šaukšto baltojo vyno acto,

šaukšto miltų,

lauro lapelio,

¼ šaukštelio grūstų juodųjų pipirų,

žiupsnio druskos,

žiupsnio cukraus,

pluoštelio krapų ir svogūnų laiškų.

Kaip gaminti

* Išskrostas, nuplautas žuvis nusausinkite, pabarstykite druska, pavoliokite miltuose ir 1-2 min. apkepkite svieste ant vidutinio karštumo ugnies. Tada perkelkite žuvis į troškintuvą su verdančiu sultiniu, lauro lapeliu. Užpilkite ant žuvies krienus, pipirus ir uždengę kaitinkite ant nesmarkios ugnies 12-15 min.

* Keptuvėje likusiuose riebaluose pakepinkite iki skrudimo nuluptą ir smulkiai supjaustytą, druska pabarstytą svogūną. Sukratykite į puodą prie žuvies.

* Supilkite į troškintuvą actą, grietinę, suberkite druską, pipirus. Patroškinkite dar 2-3 min.

* Patiekite žuvį, pabarstytą krapais ir svogūnų laiškais. Skanu su bulvėmis.