



Kup online

VIDEO

PRZEPISY

AKTUALNOŚCI

SPOŁECZNOŚĆ

PROGRAMY TV

TEMATYCZNIE

PORADNIK

NAGRODY

Mam ochotę na...

Mamy już **339 355** przepisów!LICZY SIĘ
DOBRY SMAK

KLIKNIJ PO KULINARNĄ INSPIRACJĘ

AKTUALNOŚCI DORADCY
SMAKU

Wybierz aktualności:

Programy

Szukaj:

Wyszukaj temat ...

Doradca Smaku V: Polanowe fish and chips,
odc. 34

5 Opublikowano 5 dni temu

Kojarzy nam się głównie z Wielką Brytanią, ale amatorów smażonej ryby w panierce, podanej z chrupiącymi frytkami, znajdziemy na całym świecie. Nic dziwnego, że danie to stało się popularne wśród wielu narodowości - jest szybkie w przygotowaniu, można zjeść je w biegu i, co najważniejsze, jest niezwykle smaczne.

Fish and chips, czyli ryba w cieście lub innej panierce z dodatkiem frytek, to flagowe danie brytyjskie, które wywodzi się jeszcze z XIX w., gdy prężnie rozwijała się flota rybacka. Tradycyjnie podawane jest na wynos i zawijane w... gazetę. Andrzej Polan

przedstawił swoją autorską wersję tej potrawy: zamiast frytek, podał pieczone ziemniaczki w aromatycznych ziołach i smażoną rybę z nietypowym sosem tatarskim. To idealny przepis na pyszną kolację, przekonajcie się sami!

Składniki:

10 małych, młodych ziemniaków
1 łyżka miodu wielokwiatowego
Kilka łyżek oleju sezamowo-rzepakowego
Olej rzepakowy do smażenia

Sos:

1 świeży ogórek
1 zielone jabłko
2 żółtka jajka
2 łyżki Musztardy francuskiej Prymat
1 łyżka octu jabłkowego
½ małej białej cebuli

Ryba:

200 g mąki pszennej
1 łyżeczka sody oczyszczonej
150 ml piwa
100 ml zimnej wody
3 białka jajka
2 filety z dorsza bez skóry