



Salas Zivis – Svarīgs ir katrs!



Jūras mēle

a/g, saldēta

Kods: 03032802

Cena: 0.00

Ar sēnēm pildītas jūras mēles rozetes

Sastāvdaļas:

4 jūras mēļu filejas, 80 g baraviku, 30 g mandeļu, 400 g cukini, 40 g sviesta, 125 g skābā krējuma, 40 ml zivju buljona, 2 ēdamk. sausa baltvīna, 1 ēdamk. saulespuķu eļļas, malti koriandri, malti pipari, sāls.

Pagatavošana:

Baravikas notīra, noskalo un sagriež ļoti plānās šķēlītēs. Cukini nomazgā, nogriež kātu un zieda aizmetni, nomizo plānu miziņu, sagriež ripās un apcep sviestā. Zivs filejas apkaisa ar sāli, pipariem, pārklāj ar sēnēm un sagraudzētām mandelēm. Filejas pa pāriem saliek citu virs citas un kopā sarullē rozetēs, sasprauž ar koka īrbulīšiem un apcep no abām pusēm 3-4 min. Kaltā uzvāra zivju buljonu ar vīnu un skābo krējumu, pievieno sāli, piparus un koriandru. Sasilda cukini, pievieno sāli un piparus, kārtu apļos, virsū liek zivju rozeti un aplej ar sagatavoto mērci. Pasniedz ar viegli apceptiem rīsiem vai kartupeļiem.
