



Salas Zivis – Svarīgs ir katrs!



Jūras mēle

300/400, ķidāta

Cena: 0.00

Jūras mēle miltu kažokā

4 personām

Sastāvdaļas:

800 g jūras mēles bez ādas, 300 g svaigu garneļu, 100 g sviesta, 2 citroni, pētersīļi, milti, sāls.

Pagatavošana:

Izloba garneles un samaisa ar sarīvētu citrona miziņu un sakapātiem pētersīļiem. Noskalo un sagriež zivi filejās, tad apviļā miltos. Izkausē 50 g sviesta un tajā apcep zivi no abām pusēm. Pievieno sakapātus pētersīļus un sāli, aplej ar citrona sulu un sautē. Filejas liek uz sasilītiem šķīvjiem. Atlikušo sviestu apcep pannā un aplej filejas. Zivi pasniedz kopā ar garnelēm un kartupeļu biezeni.
