Rolada rybna.

Autor: Pawe□□ Ciechanowicz

Witam braÄ□ wÄ□dkarskÄ□ !!! Postanowi□□em siÄ□ podzieliÄ□ z Wami przepisem na pysznÄ□ roladÄ□ rybnÄ□. ChoÄ□ jest pracoch□□onna to jest warta uwagi. ZawszÄ□ jÄ□ robiÄ□ na □□wiÄ□ta, ale i jak mam zapa□□ to tak□że w tygodniu. Z góry przepraszam za brak zdjÄ□cia- postaram siÄ□ nied□□ugo wstawiÄ□. Pyszna zarówno na ciep□□o jak i "na chleb".
Sk□□adniki : - filety z ryb s□□onowodnych (1 kg) - ryby s□□odkowodne (najlepiej oko□□ ,leszcz)

- 0.5 kg miÄ□sa mielonego - choÄ□ niekoniecznie!!
- 2 jaja
- papryka czerwona i zielona - po jednej sztuce
- naÄ□ pietruszki
- gar□□Ä□ rodzynek
- bu□□ka tarta
- zio□□a prowansalskie lub rozmaryn i bazylia
- sól, pieprz

Wykonanie : Ryby s□□ono i s□□odkowodne zmieliÄ□ w maszynce o drobnych oczkach minimum 2 razy. Zwa□ywszy ,□że jest to rolada rybna nie jest konieczne dodanie miÄ□sa wieprzowego (lecz podnosi walory smakowe).Do zmielonego miÄ□sa dodajemy 2 jaja, bu□□kÄ□ tartÄ□, namoczone rodzynki, posiekanÄ□ naÄ□ pietruszki, w drobnÄ□ kostkÄ□ pokrojonÄ□ czerwonÄ□ i zielonÄ□ paprykÄ□. Je□eli masa bÄ□dzie niezwiÄ□zana ,lu□□na dodajemy bu□□kÄ□ tartÄ□. Dosypujemy zio□□a prowansalskie i doprawiamy do smaku solÄ□ i pieprzem. Tak przygotowanÄ□ masÄ□ przek□□adamy na □□cierkÄ□ bawe□□nianÄ□ (ja u□ywam pieluch tetrowych :)) i zawijamy jak roladÄ□. Mo□na dodaÄ□ do □□rodka inne sk□□adniki ale to ju□ wedle uznania. Ko□□ce zwiniÄ□tej rolady w szmatce zawiÄ□zujemy by masa nie wyp□□ynÄ□□□a podczas gotowania. W garnku, choÄ□ najlepiej brytfance rozpuszczamy 2 kostki roso□□owe na oko□□o 1.5 litra wody. Wk□□adamy "zawiniÄ□tko" do garnka i na ma□□ym ogniu gotujemy oko□□o 40 minut. PamiÄ□tajmy by po gotowaniu wyjÄ□Ä□ i odstawiÄ□ do stÄ□□enia.

Podanie : Mo□na podawaÄ□ na ciep□□o z sosem chrzanowym lub beszamelem i na zimno w maladze. Zarówno na ciep□□o jak i na zimno smakuje wybornie. □yczÄ□ smacznego!!!!

Tekst i zdjÄ□cie autora