

Ryba w sosie słodko kwaśnym

„Rok temu na Święta moja mama zrobiła tę rybę. Miała ją zapisaną w zeszycie podobno z programu p. Ewy Wachowicz. Zjedliśmy ją jeszcze zanim zaczęła się Wigilia. Słodko kwaśny sos z ananasem i papryką i delikatna ryba. To naprawdę smakowa bomba!”



SKŁADNIKI:

- 700 g filetu z dorsza/mintaja
- 2 jajka
- 3 łyżki mąki pszennej
- 3 łyżki mąki ziemniaczanej
- Kilka łyżek zimnej wody
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- Sól

SOS:

- 1 cebula
- 2 duże marchewki
- 1 puszka ananasa
- 1 słoik papryki marynowanej ok 500 g
- 5 ząbków czosnku
- 1 cm imbiru lub pół łyżeczki suszonego
- 6 łyżek sosu sojowego
- 5 łyżek octu ryżowego/winnego/spirytusowego
- Ok 60 g cukru/12 płaskich łyżeczek

- 3 łyżeczki płaskie przyprawy curry
- 1 łyżka mąki ziemniaczanej

PRZYGOTOWANIE:

RYBA:

- Rybę pokroić na kawałki ok 3 cm, delikatnie posolić. Składniki na ciasto wymieszać, dodać 2-3 łyżki wody (lub więcej), tak aby ciasto miało gęstą konsystencję, dodać również szczyptę soli. Rybę obtaczać w cieście i smażyć na rozgrzanym oleju na lekko złoty kolor.

SOS:

- Cebulę posiekać drobno, podsmażyć na 2 łyżkach oleju przez 2-3 minuty. Dodać startą na tarce na grubych oczkach marchew. Podsmażać przez chwilę i dolać pół szklanki wody. Dusić przez 5 - 6 minut. Dodać pokrojonego w kostkę ananasa i paprykę, przeciśnięty czosnek oraz sok z puszki z ananasa. Dusić wszystko do miękkości około 10 minut.
- Dodać przyprawę curry, imbir przeciśnięty przez praskę (lub suszony), sos sojowy, ocet, cukier i wymieszać.
- Następnie $\frac{3}{4}$ szklanki wody mieszamy z 1 łyżką mąki ziemniaczanej i wlewamy do sosu mieszając. Podgrzewamy aż sos zgęstnieje. Przyprawić ewentualnie większą ilością sosu sojowego lub cukru, octu.
- Rybę przełożyć do sosu, podawać na ciepło po pogrzaniu lub na zimno.