

Holandské rybí filé

Kategorie: [Maso](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- sůl 1 ks
- rajčata 2 ks
- smetana kysaná 150 g
- filé rybí 600 g
- vejce 1 ks
- žampiony 200 g
- pepř mletý 1 ks
- olej olej 1 ks
- máslo 1 ks
- mouka hladká 1 ks
- šťáva citronová 1 ks

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Dušení

Země: Nizozemsko

Počet porcí: 1

Postup:

Rozmražené filé naporcujeme, pokapeme citronovou šťávou, osolíme, obalíme v mouce a vejci a opečeme po obou stranách na oleji do zlatohněda. Filé potom uložíme do tepla, do výpeku přidáme máslo, žampiony a nadrobno nakrájená rajčata. Zaprášíme mletou paprikou, osolíme a dusíme. Ke konci přidáme smetanu a necháme přejít varem, maso přeléváme omáčkou a podáváme s bramborem.