

SECONDI PIATTI

Stufato di pesce alla bielorrussa

LUOGO: Europa / Bielorussia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

300g di pesce di mare
1 cucchiaino di farina di frumento
2 cucchiaini di olio vegetale
½ carota
½ cetriolo sott'aceto
40g di funghi sott'aceto
1 tazza di salsa di pomodoro
pepe
verdure
sale

PREPARAZIONE

- 1 Tagliate la carota e il cetriolo sott'aceto in pezzetti e bollite fino a metà cottura. Sminuzzate le cipolle e saltatele leggermente.
Tagliate i filetti di pesce in porzioni, passateli nella farina miscelata al sale e al pepe e fate dorare finché diventino croccanti.

Tagliate le cappelle dei funghi in pezzetti piccoli e tagliate i gambi ad anelli, quindi miscelateli alle verdure.

Disponete questo composto di verdure sul pesce soffritto, coprite il tutto con salsa di pomodoro e fate brasare per 5-10 minuti.

Appena prima di servire spolverizzate con verdure sminuzzate.