
Brudet od palamide

Autor: Ivana



Brudet od palamide

Sastojci

1,5 kg palamide
1 dl maslinovog ulja
2 dl crnog vina
1 dl kvasine
2 žlice pirea od rajčice
2 glavice crvenog luka
sol i papar po želji

Način pripreme

Ribu očistiti, ocijediti i osušiti.

Na maslinovom ulju popržiti sitno kosani luk, dok ne dobije zlatnu boju.

Dodati vino, ocat i rajčicu.

Pustiti da kuha petnaistak minuta na jakoj vatri, potom smanjiti vatru, dodati narezanu ribu i 2 dl vode.

Kuhati poklopljeno još toliko, posoliti i popapriti.

Ostale napomene

Poslužiti s palentom.



Brudet od palamide

<http://gastroistra.com>

Vrijeme pripreme	30 min.	Priprema	jednostavno
Porcije za	4 osobe	Kolesterol	
Ovo jelo je iz okolice		Cijena pripreme	
Vegetarijansko	Ne	Laktoza	Ne
Dijetno	Da	Bez glutena	Da
Calorie		Kilodžuli	
Masnoća		Bjelančevine	
Proteini		Karbohidrati	