



SMAŽENÉ TRESČÍ KOUSKY S GRATINOVANOU PAPÁJOU Z MARTINIKU

SMAŽENÉ TRESČÍ KOUSKY – PŘÍSADY

- 230 g odsolené tresky bez kostí
- 0,5 l slunečnicového oleje
- 1 jemně nakrájená cibule
- 1 stroužek česneku, nastrouhaný
- 50 g nakrájených kapií nebo 30 g nakrájených pálivých paprik
- 3 plné kávové lžičky jemně nasekané pažitky
- 2 plné kávové lžičky jemně nasekané petrželky
- 200 g mouky
- 2 kávové lžičky prášku do pečiva
- pepř a sůl
- voda pokojové teploty

SMAŽENÉ TRESČÍ KOUSKY – ZPŮSOB PŘÍPRAVY

1. Nakrájejte tresku na kousky a dejte stranou.
2. Rozpalte olej na iCook Pánvi s nepřilnavým povrchem a osmahněte na něm cibulku, dokud nezměkne. Přidejte česnek, papriky, pažitku a petrželku. Smažte 2 minuty, pak odstavte z plotny a smíchejte s kousky tresky.
3. V iCook 3litrové nerezové míse smíchejte mouku a prášek do pečiva. Přidejte sůl a pepř podle chuti.
4. Okořeněnou rybu vložte do mouky smíchané s vodou tak, aby vytvořila husté těstíčko. Přidejte více mouky nebo vody, abyste dosáhli požadované hustoty. Než upravíte množství, jeden nebo dva kousky vyzkoušejte.
5. Do pánve nalijte olej do výšky cca 4 cm a rozehejte na střední plamen.
6. Pomocí polévkové lžice vkládejte kousky obalené v těstíčku do oleje. Osmažte dohněda na jedné straně a poté otočte a osmažte i na druhé straně.
7. Osušte na papírových utěrkách.
8. Podávejte s čerstvým salátem, zeleninovými hranolkami nebo s gratinovanou papájou.



GRATINOVANÁ PAPÁJA – PŘÍSADY

- 2,5 kg zelených papájí (nebo banánů)
- 4 litry vody
- 2 kávové lžičky nového koření
- 2 ks hřebíčku
- 45 g soli
- 60 g másla
- 2 cibule
- 2 snítky petrželky
- 2 stroužky česneku
- 520 ml mléka
- 100 g strouhaného sýra

GRATINOVANÁ PAPÁJA – ZPŮSOB PŘÍPRAVY

1. Papáju omyjte, okrájejte a zbavte semínek. Nakrájejte na plátky.
2. Dejte vařit vodu a do ní přidejte nové koření, hřebíčky a sůl. Přidejte plátky papáji a 35 minut povařte.
3. Scedte a vodu vylijte. Papáju rozmixujte v iCook Mixéru.
4. V iCook Větší pánvi rozpusťte máslo. Přidejte cibuli a petrželku a osmahněte doměkka. Přidejte česnek a zamíchejte.
5. Přimíchejte mléko, pak sýr a nakonec rozmixovanou papáju. Důkladně promíchejte. Směs dejte do zapékacích misek. Posypte strouhaným sýrem.
6. Grilujte dohněda s otevřenými dvířky při 180 °C. Před podáváním nechte vychladnout.