





## Filet karpia duszony w cebuli


 Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na: [danie główne](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

### Warto wiedzieć:

 50 min

 6 porcji

### Składniki:

filet karpia - 1 szt.

mąka - 2 łyżka

cebula pokrojona w piórka - 1/2 kg

koncentrat pomidorowy - - trochę

olej - 50 ml

imbir świeży - - kawałek

liść laurowy - 2 szt.

suszone grzyby - 1 garść

sól i pieprz - - do smaku

sok z cytryny - 2 łyżeczka

majeranek suszony - 1 łyżka

skórka z cytryny - - do smaku

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Grzyby umyć namoczyć i gotować z liśćmi laurowymi w szklance wody 10 minut. Rybę pokroić na porcje, posolić i doprawić pieprzem. Następnie obtoczyć w mące i smażyć na połowie ilości oleju podanej w przepisie. Zacząć smażyć od strony skóry na średnim ogniu kilka minut, następnie rybę obrócić i smażyć kolejne kilka minut. Na drugiej patelni na reszcie oleju zeszklić cebulę na średnim ogniu, posolić i dodać imbir posiekany w drobną kosteczkę (imbiru można dać nawet całą łyżeczkę), a kiedy będzie miękki wlać wodę z grzybami i chwilę podusić. Potem dodać koncentrat pomidorowy, sok z cytryny i wymieszać. Na cebulę wyłożyć rybę, przykryć pokrywką i dusić jeszcze 5-10 minut. Posypać wierzch dania skórka cytryny i majerankiem oraz

świeżo mielonym pieprzem. Podawać z chlebem. Nam bardzo smakowało z chlebem gryczanym.