





Karp zapiekany w szafranowym ryżu z warzywami - ryba

 Ika 1961

Polecane na: [jednogarnkowe](#)

Warto wiedzieć:

 40 min

 1 porcja

Składniki:

karp - 1,2 kg	ryż - 1 szklanka
do natarcia karpia: -	szafran - 1/4 łyżeczka
sól morską drobnoziarnistą - 1/2 łyżeczka	marchewka - 1 szt.
czosnek suszony - 1/2 łyżeczka	pasternak - - kawałek
masło o temperaturze pokojowej - 1 łyżka	seler korzeniowy - - kawałek
posiekany imbir świeży - 1 łyżeczka	pokrojony lubczyk (u mnie mrożony) - 2 łyżka
sok cytrynowy - 1 łyżka	curry w proszku - 1/2 łyżeczka
cytryna - 4 plaster	masło - 1 łyżka
pietruszką - trochę	woda - 3 szklanka
ryż z warzywami: -	sól i pieprz - - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Oczyszczonego i pokrajanego na dzwonki ryby nacieram solą, masłem, imbirem, czosnkiem i skrapiam cytryną. Zostawiam na godzinę w chłodnym miejscu.

KROK 2: W żaroodpornym naczyniu mieszam wypłukany, suchy ryż z szafranem, solą, pieprzem i curry. Następnie mieszam ryż ze startymi na drobnym oczku warzywami, dodaję wodę i kawałki masła. Przykrywam formę i wstawiam do nagrzanego piekarnika do 170°C. Po 10 minutach zmniejszam temperaturę do 150°C stopni i duszę 15 minut.

KROK 3: Na wierzch prawie miękkiego ryżu z warzywami układam porcje ryby z położonymi plasterkami cytryny. Naczynie przykrywam i zapiekam jeszcze 30 minut.