Morszczuk w sosie marchewkowo-pietruszkowym

zyjezebyjesc

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **francuska, arabska**

Warto wiedzieć:

45 min | łatwy | 2 porcje

Składniki:

filety z morszczuka - 4 szt.
słoninka - kostka o wielkości 5cmx5cm - 1 szt.
masło - 1/2 łyżka
marchewka - 1 szt.
woda lub bulion z warzyw - 1/10 litr
natka pietruszki - trochę
sól i pieprz - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: 1. Morszczuka przyprawiamy solą i pieprzem i smażymy na patelni (bez tłuszczu)
2. Słoninkę kroimy w małą kostkę i prażymy w garnku
3. Marchew obieramy, myjemy i kroimy na cienkie prążki
4. Gdy słoninka się zarumieni, dodajemy najpierw marchew, później wodę (lub bulion), zagotowujemy i dusimy na małym ogniu aż marchewka będzie miękka
5. Natkę myjemy, szatkujemy drobno i dodajemy do sosu, zagotowujemy i podajemy z usmażoną rybą