Rybny paprykarz

Iwona Kuczer

Polecane na: **przystawki i przekąski**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

30 min | łatwy | 4 porcje

Składniki:

- ryż biały okrągły - 1/2 szklanka
- małe pomidory świeże - 6 szt.
- przecier pomidorowy - 200 ml
- papryka czerwona - 2 szt.
- cebula szalotka - 2 szt.
- filet z dorsza - 1 szt.
- wywar warzywny - 1 szklanka
- czosnek - 1 ząbek
- oregano, bazylia - 1 trochę
- oliwa - 2 łyżka
- sól, pieprz - 1 trochę

Dodatkowe info:

Smaczne na zimno (na kanapkach) oraz na ciepło.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Papryki upiec w piekarniku nagrzanym do 200 st. C, aż do przypalenia skórek na czarno. Wyjąć, włożyć do miski, przykryć. Pozostawić do ostudzenia. Po ostudzeniu obrać ze skórki, usunąć pestki, pokroić w kostkę.

Pomidory sparzyć wrzącą wodą, obrać ze skórki, przekroić, wyjąć pestki. Miąższ pokroić w kostkę.

Szalotki i czosnek obrać, posiekać.

Rybę umyć, pokroić w kawałki.

Ryż wypłukać w bieżącej wodzie.

KROK 2: Na patelni podgrzać oliwę. Wrzucić cebulę i czosnek, podsmażyć. Dodać pomidory, rybę, ryż i smażyć jeszcze chwilę. Dodać przecier pomidorowy, sól, pieprz i dolewając po łyżce wazowej gorącego wywaru z warzyw dusić całe danie ok 20 minut.

Pod koniec doprawić bazylią i oregano, a także, jeśli będzie trzeba, solą i pieprzem.

Smacznego.