





## Tołpyga z cebulą

 Renixx

Polecane na: [danie główne](#), [przystawki i przekąski](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

### Warto wiedzieć:

 20 min

 1 porcja

### Składniki:

filety rybne z tołpygi - 1-2 szt.  
cebula - 2 szt.  
ketchup łagodny - 2-3 łyżka  
jajko - 1 szt.

papryka ostra mielona - - do smaku  
mąka pszenna - - trochę  
sól i pieprz - - do smaku  
olej lub masło klarowane - - trochę

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Filety rybne umyć i osuszyć papierowym ręcznikiem. Z obu stron oprószyć solą i pieprzem.

**KROK 2:** Następnie zanurzyć w jajku wymieszanym z odrobiną soli i dokładnie obtoczyć w mące.

**KROK 3:** Rumienić z obu stron na patelni z rozgrzanym tłuszczem.

**KROK 4:** Na oleju lub maśle zeszklić pokrojoną w pół krążki cebulę, oprószyć ostrą papryką. Połączyć z ketchupem, doprawić do smaku solą i pieprzem, wymieszać.

**KROK 5:** Rumiane filety przełożyć do naczynia żaroodpornego, wyłożyć przygotowaną cebulę. Włożyć na kilka minut do nagrzanego do 160 stopni piekarnika.