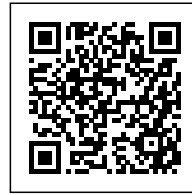




ZIVS FILEJA NO HUGO





Jums būs nepieciešams: (4 porcijām)
4 baltās zivs filejas gabali



Cepamā eļļa

Sāls

Panēšanai:

1 vesela ola, milti, nedaudz piena un nedaudz sāls

Process:

Attīrītas, nosusinātas zivs filejas viegli apsāliet.

Sagatavojiet mīklu panēšanai: olas, miltus, pienu un nedaudz sāls sajauciet līdz viendabīgai, mazliet pabiezākai pankūku mīklai.

Katru filejas gabalu labi izpeldiniet mīklā un lēnām apcepīet pannā ar karstu eļļu no abām pusēm.

Kārtojiet uz papīra salvetēm lai atbrīvotos no liekās eļļas.

GATAVS!!

Pasniedziet ar kartupeļu biezeni, dārzeņu salātiem un citronu.

Lai labi garšo, draugi!

Jūsu Hugo