

ANIA STARMACH

Dorsz z marchewką i groszkiem

Co kupić?

- 300g** polędwicy z dorsza (możesz przygotować więcej jeśli chcesz, np. 400g)
- 400g** mrożonej marchewki z groszkiem (najpierw rozmrozić)
- 200ml** śmietanki kremówki 30%
- 160g** kaszy perłowej
- 1.5** szklanki wody
- 1** łyżka masła
- sól, pieprz

Jak przygotować?

DORSZ PIECZONY

1. Piekarnik nastaw na 180 stopni.
2. Rybę podziel na 2 kawałki, przełóż do naczynia żaroodpornego, dodaj sól, pieprz i masło. Piecz około 20-25 minut.

MARCHEWKA Z GROSZKIEM

3. Marchewkę z groszkiem przełóż do rondla, dodaj śmietankę i sól. Gotuj przez około 15 minut.

KASZA PERŁOWA

4. Zagotuj wodę i wrzuć do niej kaszę. Dodaj dużą szczyptę soli. Gotuj pod przykryciem na małym ogniu przez około 15 minut.