

# Dorsz w pomarańczach



Autor: **Espanol2011**  
Przepisów: 17 Ocena: 93



1-2 os.



60 min



średnie



przystępne



## Składniki:

- Pomarańcze, 2 szt.
- filety z dorsza, 4 szt.
- oliwa z oliwek Extra Virgen Baena
- cukier

## Sposób przygotowania:

- 1 (Zanim rozpoczniemy przygotowywanie sałatki) Należy dobrze umyć jedną pomarańczę i zetrzeć jej skórkę. Zachować startą skórkę na zakończenie. Obrać pomarańcze, nie pozostawiając żadnej białej łupiny. Pociąć na kawałki i ułożyć w głębokim naczyniu, aby zachować cały sok. Posłodzić w celu wyeliminowania kwaśności.
- 2 Przygotować dorsza, umieszczając jego duże kawałki na patelni. Pozostawić na ogniu aż do uzyskania lekkiej przezroczystości. Następnie podzielić palcami na długie plastry.
- 3 Pomieszać z pomarańczą, poleć szczerze naszą oliwą z oliwek i dobrze wymieszać. Przed podaniem, przystroić startą skórką. Otrzymamy pożywne i smaczne pierwsze danie, którym zaskoczmy naszych gości o każdej porze roku.

## Twoje notatki do przepisu: