

REȚETA ZILEI: Crap la cuptor în sos de vin și cartofi natur





Ce vă

trebuie? Evident că 1 kg de crap, sare, piper măcinat și boabe, 1-2 foi dafin, 50 ml ulei de măsline, 400 ml vin alb demidulce, 4 căței usturoi, 2 lămâi, cartofi natur pentru garnitură, pătrunjel.

Cum se prepară? Rețeta este una simplă. În primul rând se curăță peștele, se spală bine, iar mai apoi se creștează de 3-4 ori pe ambele părți. Se presară bine cu sare, mai ales în creștături, se pun boabele de piper, dar și piperul măcinat și foile de dafin măcinate. După aceea, crapul se unge cu uleiul de măsline, se acoperă cu felii de lămâie și se lasă aproximativ o oră la frigider. În tot acest timp se poate prepara garnitura, adică cartofii natur. Cartofii, după ce se curăță, se pun să fiarbă ca pentru piure, se adaugă sare după gust și se lasă la foc mic.

Revenind la pește, după ora așteptată, se toarnă vinul peste crap, vinul fiind amestecat anterior cu puțină apă și sare, iar apoi totul se bagă în cuptor. Se mai stropește peștele din când în când cu sosul din tavă, iar după ce s-a rumenit se servește cu garnitură de cartofi natur și se ornează cu felii de lămâie și frunze de pătrunjel.

Poftă bună!