



Som i krumpirići iz pećnice

 NAČIN PRIPREME
Jednostavna priprema

 VRIJEME PRIPREME
< 60 min

 BROJ PORCIJA
4 osobe

Sastojci

800 g krumpira
2 žlice K Plus maslinovog ulja
10 g kukuruznog škroba
600 g fileta soma
120 g oštrog brašna
1 dl mineralne vode
100 g K Plus krušnih mrvica
Sol
Tartar umak

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici



Krumpir ogulite i operite te ga narežite na pomfrit debljine 1,5 cm. Pomfrit kuhajte u kipućoj slanoj vodi oko 4 minute, a zatim ga dobro ocijedite. Prebacite pomfrit u zdjelu, dodajte maslinovo ulje, kukuruzni škrob i prstohvat sol te promiješajte da se ravnomjerno prekrije.

Ravnomjerno rasporedite krumpire na pleh tako da su u jednom sloju i pecite na 180 C 15 minuta.

U međuvremenu pripremite ribu, očistite je i filetirajte. Svaki filet narežite na 6 jednakih komada i lagano ih pobrašnite. Pomiješajte ostatak brašna, mineralnu i prstohvat soli u zdjeli dok se dobro ne sjedine. U drugu zdjelu stavite krušne mrvice. Komade ribe prvo umočite u pripremljenu mješavinu brašna, a zatim ih sa svih strana obložite krušnim mrvicama.

Na pleh s krumpirom dodajte pohanu ribu i pokapajte maslinovim uljem. Pecite još 25 minuta na istoj temperaturi. Poslužite ribu i krumpiriće vruće s kriškama limuna i tartar umakom.