

Êàìáàëà, òóøåíàÿ ñ îâîùàìè

1 êã êàìáàëû, 3 ñò. ëîæêè ìóêè, 4 ëóêîâèöû, 4 ñòðó÷êà ñëàäéïáí áîëääðñêïáí ïåðöà èëè ïåðöà ñàíñ, 5 ñò. ëîæåê ðàñðèòåëüíïáí ìàñëà, 5 ïñèäïðïâ, 3-4 ñòàëàíà áóëüíïà äàñè ñ êàööïáóñè, 4 çóáêà ÷åñíïêà, ïëéïòûé ðíäàðàñè è ñîëü ïí âéöñó.

Ñëàäéèé ïåðåö èëè ñàíñ, 1÷èñðèòü ìò ñâïýí, ïñïéïñíòû è íàðåçàòü íåáíïëøèìè ïëéïñêàìè èëè êâàäðàòèéàìè. 1÷èùåííûé ëóê íàðåçàòü òííêîé ñîëïíêé, áûëíæèòü á ñëïåïðïâó ñ 2 ñò. ëîæêàìè ðàçíäðåòïáí ðàñðèòåëüíïáí ìàñëà è, ïñåðøèâàÿ, íáæàðèòü áï çïëîðèñòïáí ìòðåíéà. Çàðàì áïáàâèòü ïåðåö è, ïðïäïëæàÿ ïñåðøèâàòü, ðóøèòü åùå 5-10 ìëíòò. Íñèäïðû ëéóíòû íà 1 ìëíòó á ëëïÿòîé, áûïóòü, ïñïñòèòü á õïëïáíóþ áïáó è 1÷èñðèòü ìò êîæèöû, à ïyéïòü áåç ñâïýí íàðåçàòü áïëüéàìè è áïáàâèòü á ñëïåïðïâó ñ ëóêïí è íåðöåì. Íñëå ýòïåíí ïâîùè çàëèòü áóëüíïí áàñè è áïâåñòè áï ëëïåíéÿ. Òåì áðåìåíåì 1÷èùåííþ, áûïñòðîøåííþ è áûïñòðóþ êàìáàëó íàðåçàòü íà ïñðöèïííûå êóñî÷êè, íáâàëÿòü á ñîëè è ìòñðàâèòü íà 15 ìëíòò. Çàðàì ñîëü ñìûòü ñïëïäííé áïäíé, ðûáó ïñïåð÷èòü, íáâàëÿòü á ìóêå è áûñòðî íáæàðèòü ñ íáâèò ñòïðíí á ïñòàâøåíñÿ ðàñðèòåëüíïí ìàñëå.

×åñíïê 1÷èñðèòü, èçìåëü÷èòü è ðàñðòåðåòü ñ ñîëüþ. Æàðåíóþ êàìáàëó ïëéïæèòü á áóëüíïí ñ îâîùàìè, áïáàâèòü ÷åñíïê ñ ñîëüþ è ðóøèòü ðûáó áï áïòåâíñòè. Íäàâàòü ñ ìòâàðíûì ðèññî.

leit

Ýòà ñòàòüÿ ðàññëîæåíà íà

Fushigi Nippon - Çàäääâí÷íàÿ ßiñíèÿ:
<http://leit.ru>

URL ýòïé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=119>