

DZIĘKUJĘ
za zapis do newslettera

OTRZYMUJESZ 3 PRZEPISY Z KARPIA



Karp smażony w panierce



**Pierogi z karpem
i koperkiem**



Sushi z karpem



 **sieragi.pl**

Kamieniec 111



KARP

Smazony w panierce

Jak powstał?



Nasz najprostszy i najszybszy sposób na przygotowanie karpia. Od niepamiętnych czasów nasz tata smażył tą metodą karpia. To najsmaczniejszy przepis jaki znamy w całej rodzinie. Nasze dzieci od małego zajadały się karpem wg tego przepisu, ciesząc się najlepszym smakiem ryby.



Składniki

- nacinany filet z karpia z Sieragi
- mąka typ 450
- bułka tarta gruboziarnista
- sól
- pieprz
- olej rzepakowy



Przygotowanie

Fileta nacinanego pokroić na mniejsze porcje, przyprawić do smaku solą i pieprzem. Mąkę i bułkę tartą wymieszać w jednej misce, obtoczyć nimi karpia. Smażyć na oleju do przyrumienienia na każdej ze stron.

Podawać z surówką z białej lub kiszzonej kapusty.





PIEROGI

z karpkiem i koperkiem

Jak powstały?



Pierogi robiliśmy od lat, nasze dzieci uwielbiały ukraińskie, ale na Wigilii królowały pierogi z grzybami. Dzieci były za małe, aby jeść grzyby, dlatego wymyśliśmy pierogi z karpkiem i koperkiem. To idealne wigilijne danie, a równocześnie bezpieczne dla dzieci, ponieważ karp filetowy daje pewność, że nie ma w nim ości.

Składniki



Ciasto:

- pół kg mąki pszennej typu 450
- ¼ kostki masła
- ¾ szklanki ciepłej przegotowanej wody

Farsz:

- nacinany filet z karpia z Sierag
- 2 średnie cebule
- pęczek koperku
- sól, pieprz

Przygotowanie



Ciasto zagnieść na jednolitą masę, dodając stopniowo ciepłą wodę, rozwałkować i wykrawać z niego kółka szklanką. Nacinany filet z karpia zmielić dwa razy przez maszynkę do mięsa. Cebulę obrać i pokroić w kostkę, przyprawić solą i pieprzem, usmażyć na oleju rzepakowym. Koperkę bez gałązek drobno pokroić. Wszystkie składniki wymieszać. Na krążki rozwałkowanego ciasta nałożyć farsz. Ciasto złożyć na pół i zlepiać brzegi. Ulepione pierogi wrzucić do wrzątku z osoloną wodą i gotować do miękkości.



SUSHI

z karpkiem

Jak powstało?



Jako miłośnicy ryb, ponad 10 lat temu zaczęliśmy z mężem smakować sushi. Odkryliśmy, że dla nas, w każdym przypadku za mało jest ryby. Dlatego stworzyliśmy swoje sushi.

Składniki



- listki nori
- ryż do sushi
- filet nacinany z karpia z Sierag
- pędy bambusa
- ocet do ryżu
- sos sojowy
- wasabi
- imbir marynowany
- serek typu Philadelphia
- awokado
- papryka czerwona
- ogórek zielony
- sałata lodowa
- natka pietruszki
- sezam do sushi

Przygotowanie



Ryż do sushi wypłukać, odcedzić i moczyć przez pół godziny w nowej wodzie. Następnie gotować 10 minut na wolnym ogniu, często mieszając. Wyłączyć i pozostawić na kolejne 10 minut pod przykryciem. Obrąć warzywa i pokroić je na długie, cienkie paski, sałatę porwać. Odcedzić ryż, przelać zimną wodą i rozłożyć do wystygnięcia. Przygotować zalewę octową tj. dwie łyżki wody i octu wymieszać razem, i skropić nią przestudzony ryż. Listki nori namoczyć w ciepłej wodzie i ułożyć na macie bambusowej, a na nich wystudzony ryż. Na ryżu ułożyć w poprzek paski karpia i warzywa. Kolejno nałożyć serek Philadelphia, posypać sezamem i natką pietruszki. Zawinąć delikatnie ściskając i zrolować na macie, aż do sklejenia listków nori. Odłożyć do lodówki na 20-30 minut. Po schłodzeniu pokroić ostrym nożem na centymetrowe paski.

JEŻELI

Ci się podobało



Wiedz, że te 3 przepisy na dania z karpia to fragment **książki kucharskiej, która zostanie wydana w 2025 roku**



Zapisz się na kurs mailowy
Sposoby Anny na karpia z Sierag

A w nim:

1. Dlaczego warto jeść karpia na codzień?
 2. Karp a ryby morskie, co jest zdrowsze dla kobiet w ciąży?
 3. Jak długo rośnie karp i w jakich warunkach jest hodowany?
 4. Jak filetować karpia? Dlaczego go nacinamy? + **filmik**
 5. Jak przyrządzać karpie? Jak jest zdrowiej?
 6. Jak przygotować tatar z karpia?
 7. Jak przygotować tortillę z karpem pieczonym?
- sieragi.pl/kurs-mailowy-anny-appelbaum**



Wynajmij mnie,
a przygotuję Ci 3 dania z karpia:

1. Karp smażony w panierce
 2. Pierogi z karpem i koperkiem
 3. Sushi z karpem z Sierag
- sieragi.pl/wynajmij-mnie/**

