

# Ryba duszona

Przepis dodany przez użytkownika ewa1257

## Ryba duszona w mleku

Czas przygotowania: 40 minut

Ilość porcji: 3-4

Stopień trudności: łatwe

Koszt: 10 PLN

### Potrzebne składniki:

- filety z dorsza - 600 g
- mleko - 1 szkl.
- masło - 60 g
- nać pietruszki - 1 łyżka(i)
- sól - 1 szczypta(y)

### Przydatne akcesoria:

naczynie żaroodporne

### Etapy przyrządzania:

1. Rybę pokrajać na kawałki, posolić, włożyć do wysmarowanego masłem żaroodpornego naczynia i wstawić do piekarnika.  
Po kilku minutach wlać mleko i dusić około 25 minut pod przykryciem.  
Rybę ułożyć na półmisku, polać stopionym masłem i posypać nacią pietruszki.  
Podawać z ryżem ugotowanym na sypko.

### Jak podawać?

na talerzach