

Bola-bolang laman ng isda na may potato salad

1.25 kg pinong tinadtad na
giniling na laman ng guya/baboy,
(pinakamarami na ang 10% taba)

Asin at paminta

2 malalaking sibuyas

4 na itlog

2.5 dl harina

humigit kumulang na 4 dl tubig

mantika na pamprito

2.5 kg nilalang patatas

1 malaking bungkos ng chives o
dill, maaari ding pinalamig na herbs

8 sibuyas na mura

1 kg cherry tomatoes

0.5 dl tubig

0.5 dl katas ng limon

Asukal

Opsyonal 2 ulo ng bawang

5 kutsarang capers



Mungkahing paraan ng paghahain

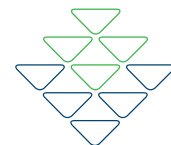
Ihaing may kasamang wholemeal bread.

Panghaliling mga sangkap

Gumamit ng karaniwang mga kamatis na hiniwa ng pahilis sa halip na cherry tomatoes. Gumamit ng pulang mga sibuyas sa halip ng mga sibuyas na mura. Ang parsley ay pwede ring gamitin na palamuti.

Tadtarin ng pino ang sibuyas. Haluan ang karne ng asin, idagdag ang sibuyas at ibang mga sangkap. Haluing mabuti. Dagdagan ng tubig upang matantiya ang lapot. Korteihan ang giniling na laman ng isda at iprito sa mantika.

Hiwain ang nilalang patatas ng maliliit na piraso. Tadtarin ang mga sibuyas na mura at ang mga herbs at idagdag sa mga patatas. Hatiin ang mga kamatis at isama ang mga ito. Batihin ang katas ng limon at tubig upang maging dressing, timplahan ng asin, paminta, asukal at maaari ding samahan ng dinikdik na bawang. Banayad na haluin ang lahat ng mga sangkap.



HJERTEFORENINGEN 

SEAHEALTH