

## Filety z dorsza duszone w warzywach

### Składniki:

2 mrożone filety z dorsza (ok. 50 dkg).

2-ie cebule + 1 ząbek czosnku.

50 dkg pomidorów + 1-na -- 2-ie łyżki przecieru pomidorowego.

1-na papryka czerwona.

50 dkg ziemniaków.

Cytryna.

Sól, pieprz.

Tłuszcz (margaryna + olej).

### Sposób przyrządzenia:

- Rozmroź filety, posól je i skrop sokiem z cytryny. Warzywa obierz i umyj.
- Na spodzie garnka połóż kawałki margaryny, a na nich układaj warstwami:
  - \* Połowę ziemniaków pokrojonych w plastry.
  - \* Cebulę pokrojoną w pół plastry i rozdrobniony czosnek.
  - \* Pomidory pokrojone w grube kawałki i paprykę pokrojoną na drobne kawałki.
  - \* Filety dorsza.
  - \* Resztę ziemniaków też pokrojonych w plastry.
- Każdą warstwę dopraw solą i pieprzem.

**1. W garnku o grubym dnie** wierzch potrawy polej oliwą i rozrobionym w niewielkiej ilości wody przecierem pomidorowym. Duś potrawę na małym ogniu, aż ziemniaki będą miękkie.

**2. W garnku zwykłym** najlepiej na spodzie garnka położyć wkład do gotowania i dyszenia, po czym postępować tak samo, jak podane jest wyżej, z tym że, na wierzch potrawy wlewamy przecier pomidorowy rozcieńczony w większej ilości wody.