

Pohovani fileti skuše



težina: **lako**

za: **2 osoba**

vreme pripreme: **30 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **240 g (2 kom)skuša fileta**
- **malosoli**
- **malomešavine mediteranskog zacinskog bilja**
- **malomaslinovog ulja**

Za paniranje:

- **1jaje**
- **malomleka**
- **malobrašna**
- **maloprezli**

Priprema

Ocišcene filete skuše posoliti. Jaje razmutiti sa malo mleka. Filete skuše uvaljati u brašno, pa umuceno jaje i na kraju u prezle. U vecem tiganju staviti ulje da prekrije dno, dobro zagrejati i staviti filete da se pohuju dok ne dobiju lepu rumenu boju (cca 3 minuta), okrenuti i kratko propržiti sa druge strane (cca 2 minuta). Pohovane filete odložiti na papirni huhinjski ubrus da upije višak masnoce. Servirati sa krompir salatom ili nekim drugim prilogom.

Savet

U mom mestu u prodavnicama nema neki veliki izbor morske ribe, esto ima u rinfuzi (skuše, srdelice, oslie) ali u vreme korone nisam nikako htela da uzimam ribu u rinfuzi koju svako pipka a možda ni ne kupi. Konano sam naišla na posebno pakovanu ribu i to lignje, skušu i srdelice. Kako su skuše bile u celo, neošene i sa glavom, a na moju srebu lako odvojive tako da sam si odvojila 2 kom i ostavila preko noi da se odlede. Narednog dana sam odrezala glave, oistila od iznutrice i isfiletirala skuše. Postupak filetiranja skuša detaljno sam objasnika kod recepta Prženi fileti skuše sa povrem.