

# Ribljí meni (riblja juha i rižoto od sipe)



NAČIN PRIPREME  
Jednostavna priprema



VRIJEME PRIPREME  
> 60 min

## Sastojci

### Sastojci za juhu:

2 manja mola  
1 manji kokot  
Grdobina  
Povrće za juhu (celer, peršin, mrkva, krumpir, češnjak, luk)  
Sol, papar  
Maslinovo ulje  
½ šalice riže

### Sastojci za rižoto od sipe:

1 sipa srednje veličine  
1 ½ šalice riže arborio  
2 luka  
4,5 režnjeva češnjaka  
Vežica svježeg peršina  
Maslinovo ulje  
3 žlice octa  
1 čaša bijelog vina  
Sol, papar

## Nutritivne vrijednosti

## Skeniraj za prikaz na web stranici



Priprema prema uputama autorice:

### Priprema juhe od ribe

Ribu očistite. Povrće kuhajte u vodi 30-ak minuta pa dodajte i ribu i kuhajte još 15-ak minuta. Rižu skuhaite u vodi prema uputstvu na pakiranju.

Juhu procijedite (sačuvajte dio čiste juhe za podlijevanje rižota) pa vratite mrkvu unutra. Mol i kokot očistite od kosti i stavite u juhu, dodajte i kuhanu rižu pa začinite solju i paprom.

Grdobinu poslužite uz kuhani krumpir iz juhe i prelijte maslinovim uljem, pospite svježim peršinom.

### Priprema rižota od sipe

Sipu očistite (sačuvajte kesicu s crnilom) pa je narežite na sitnije kockice. Crnilo stavite u manju posudu i pomiješajte s malo vode.

Na maslinovom ulju prodinstajte luk (10-ak minuta) pa mu dodajte nasjeckani češnjak i peršin. Dodajte ocat pa pričekajte nekoliko minuta da ispari. Dodajte kockice sipe i vino pa dinstajte 45 minuta povremeno miješajući da ne zagori. Po potrebi dodajte malo ribljeg temeljca (juhe).

Dodajte rižu i kuhajte još 25-30 minuta neprestano miješajući i podlijevajući crnilom od sipe i ribljim temeljcem. Začinite soli i paprom.

Pustite rižoto da odstoji 5 minuta prije posluživanja.

Dobar tek!