RYBA SŁODKOWODNA FASZEROWANA

Dodano: 2010-01-01 17:27:47
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1191 razy.

60 dag szczupaka lub karpia
10 dag cebuli
1 łyżka tartej bułki
1 białko
5 dag selera
2 łyżki umytej, posiekanej naci pietruszki
pieprz
30 dag warzyw mieszanych (marchew, pietruszka, seler, por)
listek laurowy
ziele angielskie

Cebulę umyć i upiec. Rybę umyć, oczyścić z łusek, odkrajać płetwy i ogon uważając, żeby nie uszkodzić skóry, następnie odkrajać głowę wraz ze skrzelami i przez uzyskany w ten sposób otwór wyjąć wnętrzności. Oczyszczoną rybę umyć i zdjąć z niej skórę; nadciąć ją w tym celu ostrym nożem u nasady głowy i ściągając nadcinać ostrożnie wzdłuż mięśni. Skórę odłożyć. Mięso oczyścić starannie z ości, zeskrobując nożem. Raz jeszcze sprawdzić i posiekać lub zemleć w maszynce razem z upieczoną i obraną z łusek cebulą oraz nacią pietruszki. Uzyskaną masę wyrobić starannie drewnianą łyżką, dodając tartą bułkę i białko. Kawałek surowego selera pokrajać w bardzo cienki makaronik i wymieszać z masą. Przyprawić solą i pieprzem: Skórę zdjętą z ryby napełnić przygotowaną masą, dobrze uciskając. Otwór zaszyć bawełnianą nitką w ten sposób, aby przecięte brzegi skóry (od nasady głowy) zachodziły na siebie, lub spiąć szpilkami do drobiu. Warzywa umyć, oczyścić, opłukać, włożyć do wrzącej, osolonej wody. Gotować kilkanaście minut pod przykryciem, następnie do wrzątku dodać listek laurowy z zielem angielskim i włożyć rybę. Gotować na małym ogniu pod przykryciem przez ok. 1 godz. Ugotowaną rybę wyłożyć na ogrzany półmisek, pokrajać w poprzek na porcje, ozdobić marchewką i listkami pietruszki. Podawać z dodatkiem sosu chrzanowego lub z chrzanem i z dodatkiem ziemniaków z wody (1-2 na porcję) oraz sałaty lub surówek z kapusty. Rybę faszerowaną można także podawać na zimno. W tym przypadku trzeba ją pozostawić w wywarze, aby nieco przestygła, wyłożyć na deskę, przykryć drugą deską, obciążyć, pozostawić do zupełnego ostygnięcia. Krajać w poprzek na plastry. Podawać z sałatkami z warzyw i chrzanem lub sosem chrzanowym.

Nades□a□(a): Cartall - Książka Kucharska na CD

,1713962902
Nadesłał(a): 2024-06-18 00:28:31