
Faszerowany pstrąg lososiowy

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2554 razy.

Porcja dla 6-8 osob. Czas przygotow. 1 godz. 5 min.

1 pstrąg lososiowy (1,5-2 kg),

100 g szpinaku,

1 peczek zielonej pietruszki,

1 cebula,

1 marchewka,

1 por,

200 ml białego wina,

100 ml smietany,

80 g masła,

1 duży plaster słoniny,

200 ml wody.

Farsz:

200 g filetów z ryby,

200 ml smietany,

1 jajo,

30 g maki,

sol, pieprz, galka muszkatołowa.

1. Jarzyny obrac, oplukac, pokroic w kostke. Zielona pietruszke oplukac. Filety umyc.

2. Pstrąga rozciac wzdłuż, wypatroszyc, wyjac osci i kregoslup. Do garnka wlac wode, wlozyc kregoslup, osci, obrane jarzyny i pietruszke. Posolic, gotowac 30 min. Pod koniec gotowania wlac wino. Z ugotowanego wywaru usunac osci. Jarzyny zostawic.

3. Przygotowac farsz: filety zmiksowac z jajem, maka, sola, pieprzem i galka. Zmiksowany farsz przetrzec przez sito, ochlodzic w lodowce. Dodac smietane i ucierac na lodzie.

4. Szpinak umyc, sparzyc wrzatkciem. Wnetrze pstrąga wylozyc liscmi szpinaku i napelnic farszem. Rybe zawinac w plaster słoniny i zawinac sznurkiem w odstepach 3 cm.

5. Wlozyc pstrąga do wywaru z jarzynami. Gotowac na malym ogniu 15-20 min w

temp. bliskiej wrzenia. Ugotowana rybe wyjac z wywaru, odstawić w ciepłe miejsce. Wywar odcedzić i odparować do 1/3 objętości. Do odparowanego sosu dodać śmietane i masło.

6. Z pstrąga zdjąć słoninę i usunąć sznurek. Pokroić w dzwonka, polać sosem. Do pstrąga podać ryż z szafranem i posiekanymi pomidorami.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 27 "Ryby i owoce morza", strona 66.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)