Ogólne zasady przyrządzania ryb morskich

Dodano: 2009-07-28 11:19:14
Zmodyfikowano: 0000-00-00 00:00:00
Język: Polski
Odwiedzono: 1372 razy.

Ryby na ogół są bardzo zdrowym i posilnym pożywieniem. Posiadają bardzo wiele zawartości białka w stosunku do innych środków spożywczych, szczególniej ryby morskie. Ryby nasze rzeczne lub stawowe co prawda są na ogół smaczniejsze, że jednak cena ich jest od mięsa wyższą i wskutek tego nie dla wszystkich dostępną, można je z równym pożytkiem dla sił i zdrowia zastąpić rybami z północnego morza, a całym sekretem jest, umieć je dobrze przyrządzić, aby zatraciły swój niemiły zapach morski.

Poniżej podaję kilka niezbędnych warunków.

1. Ryb morskich nie należy wcale moczyć, tylko po starannym oczyszczeniu i zdjęciu skóry w kilku wodach szybko obmyć.

2. Wszystkie ryby morskie nastawia się w letnim, osolonym smaku z jarzyn, cebuli i korzeni i rozgrzewa się wolno aż do zakipienia, po czym odsuwa się rondel na bok kuchni, aby nabierały czystości i smaku, ale już nie wrzały.

3. Przed włożeniem ryby wrzucić do smaku dwa lub trzy kawałki węgla drzewnego, który wciąga w siebie woń morską z ryby.

4. Ryba traci zupełnie posmak morski jeśli przed zagotowaniem zaleje się ją osoloną wrzącą wodą, a potem dopiero kładzie się rybę do letniego smaku z jarzyn.

5. Do gotowania nadają się: łupacz, kablion, płastuga i flądrka. Mniejsze sztuki do wagi 1 - 1 1/2 kg można w całości gotować lub smażyć. zaś większe pokrajać w dzwona. Po oczyszczeniu, wypłukaniu i osoleniu ryby, należy jeszcze skropić ją dobrze sokiem cytrynowym, przez co mięso staje się jędrniejszym. Niech tak leży 1-1 1/2 godziny.

6. Kabliona i łupacza można w jeden i ten sam sposób przyrządzać, podaję poniżej kilka przepisów.

Nadesłał(a): MARJA ŚLEŻAŃSKA "KUCHARZ POLSKI-1635 PRAKTYCZNYCH PRZEPISÓW"

,1713354091
Nadesłał(a): 2024-06-18 07:58:15