

Технологія приготування страв з риби та морепродуктів

Страви з смаженої риби

Сьомга під вершковим соусом



Рибу випотрошити, почистити і промити.



Нарізати рибу на стейки, товщиною 5 см.,
посолити, поперчити, збризнути
ЛИМОННИМ СОКОМ.



Підготовлену рибу обсмажують з обох сторін до утворення рум'яної шкоринки



Підготовлену ріпчасту цибулю
нарізати мілкими кубиками.



Цибулю попасерувати на
вершковому маслі.



Мацарелу нарізати ТОНКИМИ
СМУЖКАМИ.



Додати підготовлений сир в
вершки і прогріти декілька
ХВИЛИН.



Посмажену рибу викласти на підігріте блюдо, полити соусом, збоку викласти гарнір з овочів.



Сьомга під гірчичним соусом



Рибу випотрошити, почистити і промити, нарізати на кругляки.



Підготовлені кругляки риби
збризнути лимонним соком



Посолюти поперчити



Залишити для маринування на 10-15 хв.



Приготування соусу: В ХОЛОДНУ
ВОДУ ДОДАТИ ЖОВТКИ ЯЄЦЬ



Додати вершкове масло



На водяній бані прогріти помішуючи
до однорідної еластичної маси



Додати лимонний сік



Гірчицю



Қаперси



Рибу обсмажити з обох сторін до рум'яної шкоринки, до готовності довести в жаровій шафі



На підігріту тарілку викладають
рибу, поливають соусом



Кета з ананасами



Філе кети помити, посолити



Обсмажити на олії з обох сторін
до напів готовності



На протвень вистелений фольгою
викласти рибу шкірою до низу. На рибу
викласти шматки ананаса



Поверхню змастити майонезом і посипати тертим сиром.



Запекти в розігрітій жаровій шафі до 200*С на протязі 10-12 хв.



Викласти готову рибу на блюдо і відпускати з овочами і відварним рисом.



Рулетки з риби



Філе минтая розрізати вздовж на дві частини.

Помідори ріжемо півкільцями, сир — пластинками



Викладаємо акуратно кусочки сиру на смужки риби, попередньо посолити і поперчити рибу



Зверху на сир викладаємо
півкілі на помідорів



Закручуємо рулетом.



Фольгу змазуємо маслом, посипаємо борошном. Рулети викладаємо на фольгу, щільно притискаючи один до одного. Завертаємо в

ВИГЛЯ



Викладаємо на сковороду або протвень і ставимо запікати в жарову шафу протягом 25 хвилин



Трохи охолоджуємо і акуратно
розвертаємо



Риба в кунжуті



Рибу нарізають тонкими
полосками



Кожну смужку панірують в спеціях



Панірують у збитому яйці



Обвалюють у кунжуті



Смажати у фритюрі



Відпускають з скибочками лимону
або медовим соусом



Судак з спаржею



Готуємо соус: Крупно нарізану цибулю і часник пасеруємо з додаванням тімьяна. Додаємо декілька шматочків судака - так наш соус одержить рибний смак.



Вливаємо небагато білого сухого вина і
упарюємо. Додаємо вершкове масло, сливки і
доводимо до кипіння.



Філе судака ріжемо на дві частини. Солимо, перчимо і, не довго думаючи, відправляємо смажити в суміші оливкової олії і рослинного масел з додаванням свіжого тімьяна. Це потрібно робити 15 хвилин при температурі



Корінь селери нарізуємо брусками і злегка обсмажуємо на суміші вершкового масла і оливкової олії з

поправним соком лимона



Зелену спаржу чистимо, відступивши від головки на 1-2 см. Відрізуємо кінчик.



Додаємо у воду вершкове масло і оливкову олію (щоб природний смак спаржі не перейшов в бульйон), цукор і сіль. У підготовленій воді в



Вершковий соус знімається з вогню і відціджуємо через сито. Додаємо пару ложок лецитину - витяжки з соєвих бобів. Тепер збиваємо все це міксером - і у нас

виходить чудова пічка!



Приступаємо до сервіровки. На стебла спаржі покласти бруски селери, зверху - соковиті шматочки тунця (промокшуючи напівлишки масла серветкою).



Полити рибку соусом, а поряд покласти бруски шпинатового желе. Страву прикрасити червоною ікрою, кропом і помідорами черрі. Останній штрих - лук-різанець, всього лише декілька шматочків.

