

Ваш домашний повар



# Кулинарная книга рыбака



Ваш домашний повар

# **Кулинарная книга рыбака**

«РИПОЛ Классик»

2013

Кулинарная книга рыбака / «РИПОЛ Классик», 2013 — (Ваш домашний повар)

В эту книгу вошли лучшие рецепты блюд для рыбаков. В основном это блюда из рыбацких трофеев, которые могут быть приготовлены как на берегу реки, так и в домашних условиях. Мы предлагаем вам воспользоваться советами опытных кулинаров и рыбаков, знающих как придать блюдам неповторимый вкус и аромат и как украсить застолье рыбацкими изысками. Рецепты, описанные в ней, доступны, понятны и специально подобраны так, чтобы человек с любыми кулинарными навыками мог бы исполнить их. Порадуйте себя и близких вкусными блюдами из рыбы!

, 2013

© РИПОЛ Классик, 2013

## Содержание

Заготовка рыбы	5
Уха	6
Правильный рыбный бульон	7
Уха речная	8
Уха из налимов	9
Уха рыбацкая	10
Уха царская из форели и осетровых	11
Простая финская уха	12
Уха ростовская	13
Уха из ершей и окуней	14
Уха из ершей и окуней с обжаренными кореньями	15
Уха из ершей, окуней и налима с оттяжкой	16
Уха с рыбными кнелями	17
Уха из стерляди или осетрины с шампанским	18
Уха рыбацкая с крупой	19
Уха рыбацкая с помидорами	20
Уха рядовая из морской рыбы	21
Уха золотая (с шафраном)	22
Уха сладкая	23
Уха опеканная	24
Уха молочная	25
Уха с фрикадельками из рыбы	26
Уха с фрикадельками из икры	27
Уха с пельменями из рыбы	28
Уха стерляжья с расстегаем	29
Конец ознакомительного фрагмента.	30

# Составитель Сергей Павлович Кашин

## Кулинарная книга рыбака

### Заготовка рыбы

Истинного рыболова отличает от новичка не только мастерское владение снастью и чутье, позволяющее добывать замечательные трофеи, но и умение приготовить добычу. Рыбу нужно уметь обрабатывать и в походных условиях, когда рыбалка затянулась на несколько дней или даже недель, и в домашних условиях. Кухня рыболова отличается своеобразием. Здесь нужно использовать старые традиции, которые уже сложились в целую отдельную культуру,

и постараться проявить свою собственную фантазию, импровизировать и экспериментировать, создавая свой собственный кулинарный шедевр рыбацкой кухни.

В русской кухне существует достаточно много способов, приемов и рецептов приготовления блюд из рыбы, начиная с ухи и заканчивая изысками домашней кулинарии.

В европейской кухне можно выделить традиционные скандинавские, а точнее шведские, рецепты приготовления лосося. Шведская рыбная кухня необычайно богата старинными традициями, так же как и русская, многие рецепты которой дошли до нас из глубины веков. Эти блюда чрезвычайно просты в приготовлении, но тем не менее они имеют необыкновенно разнообразную вкусовую гамму.

Приятно дома, собравшись вместе с друзьями или близкими после удачной рыбалки, удивить их рассказом о занимательном путешествии и тех моментах, которые составляют истинное счастье рыболова. Еще приятнее будет удивить друзей и домочадцев вкуснейшими блюдами, приготовленными из своего же трофея в лучших традициях рыбацкой кухни.

## Уха

Уху можно сварить из одного или нескольких видов рыб. Традиционная уха варится из крупной и мелкой рыбы нескольких видов. В этом случае получается очень вкусная, ароматная и наваристая двойная уха. Она должна иметь желтый насыщенный цвет, ведь уха с сероватым оттенком вряд ли вызовет аппетит, хотя и будет иметь приятный вкус.

Для ухи не годятся травоядные рыбы, предпочтение лучше отдавать хищникам – судаку, щуке, окуню и т. п. Налим не годится для ухи, его лучше не использовать в качестве основы, хотя как один из компонентов он вполне подойдет.

Уха хороша тем, что это практически безотходное производство, ведь рыба используется почти целиком, кроме глаз и жабров.

Чтобы уха получилась вкуснее, лучше не чистить рыбу, поскольку именно чешуя добавляет ухе клейкость, специфический вкус и наваристость. Однако перед приготовлением рыбу в чешуе нужно обязательно тщательно промыть в проточной холодной воде, чтобы не осталось слизи. Затем рыбу нужно выпотрошить, разделать, удалить жабры и глаза.

Очень важно спустить всю кровь, иначе ее остатки могут сделать бульон мутным. После этого можно начинать варить уху.

Из пресноводных рыб для ухи можно использовать ерша, пескаря, окуня, судака, сига, налима, стерлядь и др.

Ерш, сазан и окунь придают ухе необходимую клейкость, а налим, пескарь, стерлядь и сиг – нежность и приятную сладость.

Самая вкусная уха получается из свежей, только что пойманной и разделанной рыбы. Если же рыба полежит хотя бы несколько часов, уха будет не такой вкусной. Лучше варить ее из живой рыбы. Если уха варится из сонной рыбы, в нее обязательно нужно добавить коренья, перец, лавровый лист, репчатый лук, зелень и лимон.

Мелкую рыбу закладывают в уху в самом начале варки, чтобы бульон получился наваристым. Когда рыба превратится в кашу, бульон процеживают, кладут куски крупной рыбы и варят дальше.

На 1–1,5 л воды требуется примерно 1 кг рыбы.

Для осветления (оттяжки) бульона нужно использовать рыбную икру, оставшуюся после потрошения.

Если же икры нет, можно добавить в уху взбитый яичный белок. На 1 л ухи понадобится 70 г икры или 1 яйцо. Икру предварительно надо растолочь как можно мельче, затем смешать с небольшим количеством воды, добавить 200 мл горячей ухи, размешать и влить в основную уху, после чего тщательно размешать.

Уху с оттяжкой нужно проварить на медленном огне под крышкой 10–15 минут, после этого процедить через марлю и снова довести до кипения.

Сваренная в котелке над костром уха получается необыкновенно душистой и вкусной и потому, что рыба свежая, и потому, что дымок костра придает ухе неповторимый аромат. Для костра лучше использовать ветки и щепки лиственных пород деревьев: бука, кизила, терна, ольхи, дуба, ясеня, клена, березы (за исключением коры).

Можно использовать сосновые шишки и иголки, но только не ветки сосны или любых других смолистых деревьев.

Для аромата в костер можно подбрасывать различные травы (только не ядовитые) – полынь, шалфей, мяту, Melissa и пр.

Очень хорошо использовать ветки фруктово-плодовых деревьев, можжевельника и лозу винограда.

## **Правильный рыбный бульон**

### *Ингредиенты*

150 г рыбных пищевых отходов (обработанных), 7 г репчатого лука, зелень петрушки.

### *Способ приготовления*

Наилучший по вкусу бульон – из судака, окуней, ершей и рыб осетровых пород. Головы леща, сазана, воблы, плотвы использовать не рекомендуется, так как бульон из них может горчить.

Обработанные пищевые отходы рыбы – головы, кости, плавники и кожу – тщательно промыть. Крупные кости и головы перед варкой разрубить на части, причем у голов предварительно следует удалить жабры. Положить в котел, налить холодную воду из расчета 4–5 л на 1 кг, добавить петрушку и репчатый лук, закрыть котел крышкой и нагревать до кипения.

После этого крышку снять и продолжать варку при слабом кипении в течение 50–60 минут. Во время варки периодически удалять пену и жир.

Готовый бульон снять с огня и через 20–30 минут процедить.

При варке бульона из рыб осетровых пород голову вынуть через час с момента начала варки бульона, отделить мякоть, а хрящи отдельно варить до размягчения (3–4 часа).

Хрящи используют для рыбных заправочных супов.

## Уха речная

### *Ингредиенты*

150 г ершей или окуней,  
8 г паюсной икры, 5 г петрушки, 5 г сельдерея, 10 г репчатого лука.

### *Способ приготовления*

Обработанную рыбу залить холодной водой и, постепенно нагревая, довести бульон до кипения, затем удалить пену, добавить петрушку, лук и продолжать варку в течение 40–50 минут.

Готовый бульон процедить и осветлить оттяжкой из икры.

Для приготовления оттяжки икру растереть в ступке, постепенно прибавляя воду (по 1–2 ложки) до тех пор, пока не получится однородная масса (икринки должны быть тщательно растерты).

После этого массу развести холодной водой (0,4–0,5 л воды на 100 г икры) и добавить соль.

Приготовленную оттяжку влить в бульон, хорошо размешать, закрыть посуду крышкой, нагреть до кипения, удалить пену и продолжать варку при слабом кипении 20–30 минут.

Готовый бульон снять с огня и дать ему отстояться (оттяжка оседает на дно), а затем процедить.

При изготовлении большого количества ухи оттяжку можно вводить в два приема.

При варке в бульон следует добавить стебли петрушки и сельдерея, которые придают бульону (ухе) приятный аромат и красивый зеленоватый оттенок.

Уху подавать в бульонных чашках. Отдельно на пирожковой тарелке можно подать расстегаи или кулебяку с вязигой или рыбным фаршем.

Лучшая уха получается из мелкой рыбы – ершей и окуней.

## **Уха из налимов**

### *Ингредиенты*

400 г бульона (ухи), 90 г мяса и печени налима, ½ лимона, черный перец горошком, зелень (любая).

### *Способ приготовления*

С налима снять кожу, отделить печень, после чего рыбу тщательно промыть, а затем нарезать на порционные куски. Сварить рыбу так же, как стерлядь. Печень сварить отдельно в подсоленной воде.

Подавать уху с куском рыбы и печени.

Отдельно подать ломтик лимона и мелко нарезанную зелень.

К ухе можно подать расстегаи с вязигой.

## **Уха рыбацкая**

### ***Ингредиенты***

400 г бульона (ухи), 30 г судака (свежего) или налима, 150 г картофеля, 20 г репчатого лука, 5 г сливочного масла, лавровый лист, черный перец горошком, зелень (любая).

### ***Способ приготовления***

Мелкую рыбу выпотрошить, хорошо промыть, соединить с пищевыми отходами, полученными после обработки налима, и приготовить прозрачный бульон так, как описано выше. После окончания варки бульон процедить.

В бульон заложить картофель целыми клубнями, лук головками, куски подготовленной рыбы (судака и налима) и варить 25–30 минут, снимая появляющуюся на поверхности пену. За 10–15 минут до окончания варки добавить перец, лавровый лист и соль.

После окончания варки в бульон положить сливочное масло.

Подавать уху с кусками рыбы, картофелем, луком и зеленью.

Так же можно приготовить рыбацкую уху из сома и щуки.

## **Уха царская из форели и осетровых**

### *Ингредиенты*

2 л куриного бульона (крепкого), 300 г филе форели, 200 г филе осетрины, 100 г филе судака, 1 лук-шалот, чеснок, петрушка, укроп, перец, соль.

### *Способ приготовления*

Несмотря на явную несуразность для русского человека сочетания рыбы и куриного бульона, поверьте: все повара стран Юго-Восточной Азии полагают, что именно такое сочетание продуктов для ухи считается оптимальным.

Более того, на курином бульоне прекрасно получаются и морепродукты – рецепт, проверенный автором лично!

В кипящий бульон положить крупно порезанное рыбное филе, маленькую луковицу шалота, пучок петрушки, измельченный зубчик чеснока, соль, перец.

Варить на небольшом огне 15 минут.

Подать в глиняных горшочках, украсив свежим укропом.

## Простая финская уха

### *Ингредиенты*

600 г форели,  $\frac{3}{4}$  л воды,  $\frac{1}{2}$  ст. л. соли, 1 луковица, 4 горошины душистого перца, 4 картофелины, 1  $\frac{1}{2}$  ст. л. пшеничной муки,  $\frac{1}{2}$  л сливок, 1 ст. л. сливочного масла, петрушка, укроп, зеленый лук.

### *Способ приготовления*

От русской ухи эта в принципе отличается тем, что готовится не из ершиков и окуньков, а с истинно финским размахом – из форели. Воду с пряностями вскипятить, добавить очищенный и нарезанный картофель. Пока картофель еще недоварен, опустить куски рыбы и пассерованный лук. Добавить муку, размешанную в сливках. Все вместе кипятить до полной готовности картофеля.

Готовую уху (а именно к моменту приготовления она и будет готова) приправить маслом и зеленью. Подавать в глиняном горшочке с расстегаем.

## **Уха ростовская**

### ***Ингредиенты***

400 г бульона (ухи), 95 г судака, 150 г картофеля, 20 г петрушки, 25 г репчатого лука, 85 г помидоров, 10 г сливочного масла, лавровый лист, зелень (любая), перец.

### ***Способ приготовления***

В процеженный бульон из рыбных костей заложить картофель, лук, петрушку, нарезанные дольками, и варить в течение 20–25 минут.

За 10–15 минут до окончания варки в кипящий бульон положить филе судака (1–2 куска), а через несколько минут – помидоры и специи (лавровый лист, перец).

По окончании варки в уху добавить сливочное масло.

## Уха из ершей и окуней

### *Ингредиенты*

2 кг рыбы (по 1 кг ершей и окуней), 2 луковицы, 3–4 корня петрушки, 1 пучок укропа, специи (любые), соль.

### *Способ приготовления*

Ершей и окуней промыть и выпотрошить, удалив жабры и внутренности.

С окуня снять филе без кожи. Ершей и оставшиеся после разделки окуней головы, кожу и кости залить холодной водой (3 л), добавить лук, корень петрушки, соль, специи и варить 2–3 часа до полного разваривания ершей.

Рыбу отцедить через сито.

Бульон вскипятить, опустить в него филе окуня, варить его до готовности, переложить в тарелку с укропом, залить бульоном и подать к столу. Отдельно на тарелочке подать ломтики лимона и веточки зелени.

Для вкуса в бульон можно добавить отвар из отдельно сваренного в небольшом количестве ухи нерассыпчатого картофеля сладких сортов.

## **Уха из ершей и окуней с обжаренными кореньями**

### *Ингредиенты*

2 кг рыбы (по 1 кг ершей и окуней), 3 луковицы, 3–4 корня петрушки и сельдерея, ½ лука-порея, 1 пучок петрушки или укропа, 1–2 ст. л. сливочного масла, специи (любые), соль.

### *Способ приготовления*

Лук и белые коренья обжарить на сливочном масле, добавить их в холодную воду с подготовленными ершами и отходами после разделки окуней и варить уху так же, как указано в предыдущем рецепте.

Для придания ухе более ярко выраженного вкуса при варке бульона можно добавить ½ стакана сухого белого вина.

## **Уха из ершей, окуней и налима с оттяжкой**

### *Ингредиенты*

2 ½ кг рыбы (по 1 кг ершей и окуней, ½ кг налима), 2 луковицы, 4–5 корней петрушки и сельдерея, 1 пучок зелени (любой), 1/3 стакана икры от разделанной рыбы (любой), ¼ лимона, ½ стакана шампанского.

### *Способ приготовления*

Ершей выпотрошить, окуней и налима разделать на филе без кожи. Варить уху с луком, кореньями и рыбными отходами, как указано в предыдущих рецептах.

В процеженной после варки ухе варить кусочки филе окуня и налима, затем вынуть их, а уху осветлить икрой и добавить шампанское.

В суповую тарелку положить зеленый укроп, на него – кусочки филе окуня и налима и осторожно залить осветленным бульоном.

К ухе подать ломтики лимона, а на пирожковой тарелке – расстегай, кулебяку или печеные пирожки с рыбой.

## **Уха с рыбными кнелями**

### *Ингредиенты*

2 кг рыбы (по 1 кг ершей и окуней), 1–2 луковицы, 3–4 корня петрушки, 1 пучок зелени (любой),  $\frac{1}{4}$  лимона, специи (любые), соль.

### *Способ приготовления*

Уху сварить из ершей и отходов от окуней, процедить, довести до кипения и варить в ней кнели, приготовленные из филе окуня, не более 10 минут. При подаче в суповую тарелку положить зелень укропа, ломтики лимона, сваренные рыбные кнели и все залить бульоном.

Как рекомендуется и в предыдущем рецепте, для остроты и пикантности вкуса в уху можно добавить  $\frac{1}{2}$  стакана шампанского или  $\frac{1}{4}$  рюмки хереса.

## **Уха из стерляди или осетрины с шампанским**

### *Ингредиенты*

1 кг ершей, 1–1 ½ кг стерляди, 2 луковицы, 3–4 корня петрушки и сельдерея, 1 пучок зелени (любой), ½ стакана икры от разделанной рыбы (ершей, окуней), 3–4 ст. л. нашинкованного репчатого лука, ½ лимона, ½ бутылки шампанского.

### *Способ приготовления*

Отварить уху из ершей с кореньями, процедить и осветлить икрой.

Стерлядь или звенья осетрины нарезать кусками, вытереть насухо полотенцем, положить в горячую прозрачную уху и варить рыбу на слабом огне до готовности (примерно 15 минут после закипания). Куски готовой стерляди или осетрины положить в суповую тарелку (или миску), посыпать зеленью укропа и осторожно залить процеженной ухой.

Шампанское подать или отдельно, или по желанию для остроты вкуса влить его в уху. К ухе подать также очищенные от кожицы и семян лимоны и мелко нарезанный зеленый лук.

## **Уха рыбацкая с крупой**

### *Ингредиенты*

1 кг рыбной мелочи (любой), 1 ½–2 л воды, 2 луковицы, 1 морковка, 1–2 корня петрушки, 1/3 стакана пшена, 1–2 ст. л. растительного масла, 2 лавровых листа, 5–6 горошин черного душистого перца, 1 пучок укропа.

### *Способ приготовления*

Рыбную мелочь выпотрошить, промыть, опустить в холодную воду, варить в течение 1–2 часов, а затем процедить через сито. Овощи нарезать ломтиками и спассеровать на растительном масле. В кипящий рыбный бульон засыпать перебранное и промытое пшено, проварить в течение 10–15 минут, затем заложить пассерованные овощи и доварить уху до готовности крупы и овощей.

При подаче уху посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

## **Уха рыбацкая с помидорами**

### *Ингредиенты*

1 кг рыбной мелочи (любой) и ½ кг судака, карпа, щуки, окуня, трески и других рыб, 1 ½–2 л воды, 2 луковицы, 1 морковь, 1–2 корня петрушки, 4–5 помидоров средней величины, 1–2 ст. л. сливочного масла или маргарина, 2 лавровых листа, 5–6 горошин душистого перца, 1 пучок укропа.

### *Способ приготовления*

Из рыбной мелочи сварить бульон так же, как указано в предыдущих рецептах. В бульоне сварить нарезанную кусками крупную рыбу до готовности, затем ее извлечь, а бульон процедить. Овощи и корни нарезать соломкой и пассеровать на масле. Помидоры очистить от кожицы, мелко порубить, прогреть на масле до получения однородной массы и заправить ею рыбный бульон.

В полученный бульон заложить пассерованные овощи и корни и варить их до готовности. В конце варки в уху положить лавровый лист и перец.

При подаче в тарелку положить кусок рыбы, налить уху и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

## **Уха рядовая из морской рыбы**

### *Ингредиенты*

300 г трески, 300 г палтуса, 300 г морского окуня, 1 л воды, 100 г репчатого лука, 50 г моркови, 50 г корня петрушки, 150 г картофеля, ¼ лимона, лавровый лист, шафран, укроп, черный перец горошком, соль.

### *Способ приготовления*

В подсоленный кипяток положить нарезанный кубиками картофель, нарезанные соломкой морковь и петрушку, измельченный репчатый лук, прокипятить 10–15 минут на умеренном огне до полуготовности картофеля, затем заложить все пряности, кроме укропа, а через 3 минуты нарезанную крупными кусками рыбу и варить еще 7–8 минут на умеренном огне. При необходимости досолить.

За минуту до готовности засыпать укроп, дать настояться, положить лимон.

## **Уха золотая (с шафраном)**

### ***Ингредиенты***

200 г мелкой рыбы (любой), 10 г репчатого лука, 5 г корня петрушки, 5 г корня сельдерея, 0,01 г шафрана, черный перец горошком, соль.

### ***Способ приготовления***

Варить так же, как рядовую уху, только без лаврового листа. Рыбу вынуть, а в бульон добавить шафран, довести до кипения, процедить и вновь кипятить.

## **Уха сладкая**

### *Ингредиенты*

1 кг рыбы (любой), 1 ½–2 л воды, 2 луковицы, 2 морковки, 1–2 корня петрушки, 50 г пастернака, 1–2 ст. л. сливочного масла, 2 лавровых листа, 5–6 горошин душистого перца, 1 пучок укропа.

### *Способ приготовления*

Варить так же, как рядовую уху из речной рыбы, но моркови брать вдвое больше и нарезать ее мелкими кубиками.

Следует также увеличить количество пастернака, а в качестве добавочных пряностей отварить в бульоне в марлевом мешочке в течение 5–7 минут семена аниса или фенхеля (по 1 г на порцию).

## Уха опеканная

### *Ингредиенты*

Набор продуктов тот же, что для ухи рядовой, но дополнительно на каждые 5 порций ухи надо взять: 1 яйцо, 25 г сливочного масла, 20 г пшеничной муки.

### *Способ приготовления*

#### **Первый способ**

Головы, хвосты, кости от разделанной рыбы вместе с овощами варить 20–30 минут на умеренном огне. Бульон процедить и отварить в нем в течение 5 минут крупные куски филе рыбы. Затем рыбу вынуть, обмакнуть во взбитое с мукой яйцо, слегка обжарить (раньше говорили «опечь» – отсюда название «опеканная») в сковороде со сливочным маслом и вновь погрузить в кипящий рыбный бульон для доваривания на 3–5 минут.

#### **Второй способ**

Рыбу, овощи, пряности положить в глиняный горшок, залить кипятком, закрыть, поставить в сильно нагретый духовой шкаф на 15 минут. Когда уха начнет кипеть, вынуть ее, добавить сливочное масло, поверх вылить хорошо взбитые яйца и вновь поставить в духовой шкаф на 15 минут до полного запекания яиц.

## **Уха молочная**

### *Ингредиенты*

200 г рыбы (любой), 250 г молока, 250 г воды, 10 г сливочного масла, соль.

### *Способ приготовления*

В кастрюлю влить воду, добавить соль, довести до кипения, положить куски очищенной рыбы, снова довести до кипения, влить молоко, варить до готовности и заправить маслом. Особенно вкусна эта уха с окунями.

## Уха с фрикадельками из рыбы

### *Ингредиенты*

*Для ухи:*

150 г мелкой рыбы (любой), 10 г репчатого лука, 5 г корня петрушки, 5 г корня сельдерея, 5 г моркови, соль.

*Для фрикаделек:*

80 г рыбы (любой), 26 г пшеничного хлеба, 30 г сливок, ½ яйца, 3 г сливочного масла, черный молотый перец, соль.

### *Способ приготовления*

Мякоть судака, сига, щуки, окуня, налима или другой рыбы пропустить 2–3 раза через мясорубку, добавить яйца, растопленное сливочное масло, перец черный горошком, лавровый лист, соль, молотый перец, сливки, толченые сухари или черствый, замоченный в воде и отжатый хлеб. Всю массу тщательно перемешать, сделать из нее шарики и отварить их в бульоне.

При подаче в тарелку положить фрикадельки и залить ухой.

## **Уха с фрикадельками из икры**

### *Ингредиенты*

400 г ухи, 50 г икры (любой), 10 г репчатого лука, 5 г сливочного масла, 30 г сухарей, ½ яйца, 10 г сливок, мускатный орех, соль.

### *Способ приготовления*

Икру свежей рыбы (щуки, окуня) освободить от пленок, вместе с растопленным сливочным маслом, репчатым луком пропустить через мясорубку, добавить сливки, соль, молотый мускатный орех, яйца, сухари и хорошо перемешать.

Из полученной массы сделать маленькие фрикадельки и отварить их в ухе.

## Уха с пельменями из рыбы

### *Ингредиенты*

400 г рыбного бульона, 170 г пельменей, 3 г зелени (любой)

*Для теста:*

40 г муки,  $\frac{1}{6}$  яйца, 150 г воды.

*Для фарша:*

75 г филе рыбы (любой), 10 г репчатого лука, черный молотый перец, соль.

### *Способ приготовления*

Муку просеять, высыпать на стол горкой.

Сделать в ней воронку, в которую налить воду с яйцом и солью, и быстро замесить крутое тесто. Через 30 минут раскатать его слоем толщиной 2–3 см.

Мякоть рыбы пропустить через мясорубку вместе с луком, добавить соль и перец.

Из теста и фарша разделать пельмени, отварить их в подсоленном кипятке.

Вынуть шумовкой, положить в тарелку, залить ухой и посыпать зеленью.

## Уха стерляжья с расстегаем

### *Ингредиенты*

400 г бульона (ухи), 100 г стерляди, 3 г сливочного масла, 5 г моркови,  $\frac{1}{5}$  лимона, зелень (любая), черный перец горошком, соль.

### *Способ приготовления*

Стерлядь очистить, выпотрошить и промыть. Соскоблить ножом с кожи слизь, протереть рыбу салфеткой, ошпарить кипятком и через 20–30 секунд промыть холодной водой. В кастрюлю с ухой положить куски стерляди, перец горошком и варить 10–15 минут. Образующуюся пену удалять, оставляя блески жира.

Если жира на поверхности ухи мало, нужно измельченную на терке морковь спассеровать на масле и влить несколько капель этого масла в уху. Из готовой стерляди удалить хрящи.

В тарелку положить кусок стерляди, налить уху и отдельно подать ломтик лимона и мелко нарезанную зелень петрушки или укропа.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.