

Рецепты
для Вас



Рыбные деликатесы



УДК 64
ББК 36.992
Р93

Рыбные деликатесы. - М.: Цитадель-трейд,
Р 93 2007. - 64 с.

ISBN 5-7717-0031-2

Высокие пищевые качества и замечательный вкус рыбы занимают значительное место в меню современного человека.

Рыбные блюда широко используются в повседневном рационе, а также служат лучшим украшением праздничного стола.

Данная книга позволяет сделать правильный выбор кулинарной обработки рыбных продуктов, предоставляет возможность наиболее полно подчеркнуть вкусовые качества любого из приведенных рецептов.

УДК 64
ББК 36.992

ISBN 5-7717-0031-2 © Издательство «Цитадель-трейд», 2007

РЫБНЫЙ ГАЛАНТИР

800 г рыбы свежей, 1 стакан белого вина, 1 ст. ложка уксуса, немного пряностей, 50 г желатина, 1 яйцо или 50 г икры паюсной.

На каждые 800 г свежей рыбы берут 1 л воды и варят бульон. Когда рыба совершенно разварится, процеживают и прибавляют белое столовое вино, немного уксуса, перец, соль, лавровый лист, гвоздику и опять кипятят под крышкой, после чего прибавляют 50 г желатина, оттягивают белком или икрой и процеживают через салфетку.

СТУДЕНЬ ИЗ ГОЛОВИЗНЫ

1 кг голов осетровых рыб или других рыб (судак, налим, щука, стерлядь и т. п.), 1 кг пищевых отходов рыбной мелочи, 30 г желатина, петрушка, лук репчатый, морковь, соль, перец, лавровый лист, хрен готовый.

Кости, плавники и чешую, которые остаются от разделки рыбы, промывают, заливают холодной водой (1 л на 1 кг отходов), добавляют морковь, лук, петрушку и варят около 1,5 ч; в конце варки кладут лавровый лист и перец. Можно сварить бульон из рыбной мелочи (ерша, пескарей, окуньков и т. д.). Их берут тоже 1 кг на 1 л бульона. При варке после закипания бульона уменьшают нагрев и периодически снимают пену и жир.

Студень можно варить из голов любой осетровой или частиковой рыбы. Для этого головы ошпаривают, разрубают вдоль, промывают, варят в бульоне около 1,5 ч вместе с отходами, а затем отделяют от них мякоть.

Рыбу чистят, потрошат и тоже варят в бульоне. Готовый бульон процеживают и еще раз кипятят. Очень крепкий бульон застывает при охлаждении. Если бульон не застывает, то добавляют желатин. Для этого его замачивают в воде, добавляют в бульон и доводят до кипения.

В стеклянные салатники или вазы кладут мякоть с голов осетров, рубленые вареные хрящи или мякоть, снятую с костей частиковой рыбы. Заливают бульоном и дают застыть на холоде. Отдельно подают хрен с уксусом или квасом.

ЗАЛИВНОЕ РЫБНОЕ

750 г рыбы отварной без костей (1 кг сырой очищенной), 1 лимон, лук и петрушка для варки рыбы.

Для 1 л желе: отходы рыбные 2 кг, уксус 15 г, белок яйца - 3-4 шт., лавровый лист.

Для приготовления заливной рыбы можно использовать различную малокостистую рыбу: судака, осетра, щуку, налима, нототению и др.

Рыбу очищают от чешуи, срезают плавники, удаляют голову, потрошат и промывают. Затем ее разрезают вдоль на две половины: одна с позвоночной костью, а другая без нее. С этих половинок тушек срезают кости. Филе рыбы нарезают на куски. Из голов рыб удаляют жабры и глаза. Промытую чешую, кости, плавники и головы заливают холодной водой и варят около 1-1,5 ч.

Полученный бульон сливают, заливают им куски рыбы, добавляют лавровый лист, перец, лук, морковь и варят. Затем рыбу вынимают из бульона и охлаждают. Концентрированный бульон (1 кг рыбных отходов на 350 г воды) при охлаждении застывает. К малоконцентрированному бульону добавляют желатин. Для этого его замачивают в холодной воде, дают набухнуть, добавляют в бульон и нагревают до растворения. Приготовленное таким образом желе будет мутным. Для осветления его готовят оттяжку: яичные белки (2 шт. на 1 л

бульона) растирают с небольшим количеством воды или холодного бульона.

В охлажденный бульон добавляют растертые белки, соль, перец, лавровый лист, стебли петрушки, сельдерея, немного уксуса, доводят до кипения и, уменьшив нагрев, выдерживают 15-20 мин. После этого бульон процеживают через ткань. После застывания такой бульон даст прозрачное желе.

Сваренные куски рыбы укладывают на противень и украшают зеленью, тонкими ломтиками лимона (без цедры и семян), звездочками из вареной моркови и т. п.

Для этого украшения обмакивают в незастывшее желе, кладут на рыбу и выдерживают на холоде до тех пор, пока желе застынет. После этого на противень с рыбой осторожно наливают такой слой желе, чтобы он покрыл куски рыбы. Заливное ставят на холод и, когда оно застынет, каждый кусок рыбы вырезают вместе с желе, кладут на тарелки и гарнируют. В качестве гарнира используют мелко нарезанные отварные овощи (морковь, картофель), соленые огурцы, зеленый лук. Морковь и картофель кладут горками и поливают майонезом. К заливной рыбе можно подать в соуснике тертый хрен с уксусом.

ЗАЛИВНОЕ ИЗ СУДАКА

1-1,2 кг свежего судака, по 1 шт. разных корней, немного пряностей, 1 яйцо, 1/2 ст. ложки уксуса, 1/2 лимона.

Очистить свежий судак и отварить в воде с кореньями и пряностями; когда будет готов судак, его и коренья вынимают, а к оставшемуся бульону прибавляют чешую от судака, сам же судак режут на куски, выбирают кости, которые кладут туда же в бульон и хорошо уваривают, чтобы получилась липкая застывающая жидкость, которую оттягивают яйцом или икрой и процеживают через салфетку, потом, по желанию, подцвечивают жженым сахаром и прибавляют немного уксуса.

Укладывают в формы и, украсив как мясные заливные блюда, заливают, дают остыть и пр.

Отдельно подают хрен с солью, сахаром и уксусом, горчицу, уксус и прованское масло.

ЗАЛИВНАЯ ОСЕТРИНА

1 кг свежей осетрины, 2 стакана галантира, по 1 шт. разных корней, немного корнишонов, каперсов, оливок, маринованных грибов.

Отварить звено свежей осетрины и, дав остыть, нарезать на ровные ломтики, снять с них кожицу и обобрать хрящи. В длинный соусник налить светлого галантира мясного или рыбного и дать остыть; положить на него отварные нарезанные корни, мелкие огурчики, каперсы, оливки и маринованные грибы и на все это положить куски осетрины и залить галантиром; когда остынет, переложить на блюдо.

РЫБА ПОД МАРИНАДОМ

Рыба любая.

Для маринада: 2-3 моркови, 1 корень петрушки, 2-3 луковицы, 3-4 ст. ложки растительного масла, 1 стакан томатного пюре, лавровый лист, перец, 3-4 шт. гвоздики, кусочек корицы.

Приготовить под маринадом можно любую рыбу. Крупную рыбу нужно нарезать кусками, мелкую оставить целой. Подготовленную рыбу посолить, посыпать перцем, обвалить в муке, поджарить на растительном масле, охладить и залить маринадом. Для приготовления маринада очистить и вымыть морковь, петрушку, лук, нарезать их тонкими ломтиками или соломкой, сложить в кастрюлю, добавить растительное масло и слегка обжарить (в течение 10-15 мин). Затем прибавить в кастрюлю томатное пюре и пряности. Накрывать крышкой и ту-

шить 15-20 мин. После этого влить в кастрюлю 1/2 стакана бульона или воды, прокипятить, заправить солью, сахаром и охладить.

Подавать рыбу под маринадом следует в салатнике или в глубоком блюде.

МАРИНОВАННАЯ РЫБА С КЭРРИ

500 г умбрины, 3 ст. ложки муки, 1/2 чайной ложки соли, черный молотый перец, 1 1/2 стакана винного уксуса, 1/2 стакана воды, 1 лавровый лист, 1 головка репчатого лука, 1/2 чайной ложки молотого черного перца, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка кэрри (пряный порошок из кукурузы) или смесь различных пряностей, жир.

Подготовленную рыбу нарезают на куски толщиной 2 см, солят, обваливают в муке и обжаривают в сильно разогретом жире. В винный уксус кладут перец горошком, лавровый лист, нарезанный кольцами лук и кипятят до тех пор, пока лук не размякнет. Муку смешивают с порошком кэрри или пряностями, добавляют 1/2 ст. ложки уксуса, снова смешивают, а затем соединяют с остальным количеством уксуса. Эту смесь кипятят 2-3 мин. Заливают рыбу смесью и ставят ее на 2 дня на холод.

ФОРШМАК

800 г мяса, 2 селедки, 2 луковицы, 200 г масла, 1/2 батона, большая щепотка толченого перца, 200 г сметаны, 2 ст. ложки сухарей.

Мясо, 2 селедки без костей, 2 рубленые и поджаренные в масле луковицы, 1/2 батона, замоченного в бульоне, и перец смешать и несколько раз пропустить через мясорубку, после чего смешать с густой сметаной, положить на жестяной маленький противень, сгладить ножом, посыпать сухарями, запечь в духовке, чтобы зарумянилось, и сразу же подавать на противне.

ПАШТЕТ ИЗ СЕЛЬДИ

2 сельди (филе), 2 яблока, 2 огурца, 2 помидора, 1 луковица, 100 г майонеза, соль.

С двух подготовленных и очищенных от костей сельдей снять кожу, измельчить их. Мелко нарезать яблоки, огурцы, помидоры и лук. Смешать эти продукты с уксусом, горчицей, растительным маслом или майонезом.

ФАРШИРОВАННАЯ ЩУКА В ЖЕЛЕ

1 1/2 кг щуки, 2 луковицы, 2 ломтика булки, молоко для размачивания булки, 2 крутых яйца, 1 ст. ложка масла, 12 горошин душистого и горького перца, 2 лавровых листа, соль, 150 г кореньев (морковь, петрушка, лук).

Для желе: 1 1/2-2 чайные ложки мелкого желатина (или 3-4 листика), 2-3 стакана рыбного бульона.

Для украшения: 1 стакан сушеных слив, 2 вареные моркови, зелень петрушки и сельдерея.

Щуку очистить, выпотрошить (не разрезая брюшка) через надрез у головы, удалить жабры, затем обмыть рыбу холодной водой. Снять кожу так, чтобы голова и хвост не отделились от кожи.

Отделить мякоть от костей, порубить ее или пропустить через мясорубку вместе с поджаренным луком и размоченной в молоке булкой. Чтобы запах лука был сильнее, можно положить его сырым. Затем растереть в миске масло до образования пышной массы, добавить молотую массу, порубленные крутые яйца, перец, соль и хорошо перемешать, доливая понемногу бульон, чтобы масса стала такой густой, как хорошая сметана. Приготовленным фаршем, не нажимая, начинить снятую рыбью кожу. Разрез зашить, кожу наколоть в нескольких местах и положить рыбу (спинкой вверх) в специальную посуду для варки рыбы или в обыкновенную кастрюлю. Добавить нарезанную крупными кусками морковь, петрушку, лук, горошины перца, лавровый лист, соль, залить охлажден-

ным бульоном из рыбьих костей или холодной водой и варить на слабом огне в течение 45 минут. Когда вода закипит, на спинке рыбы можно сделать в 2-3 местах неглубокие надрезы для того, чтобы рыба не развалилась.

Вареную рыбу немного охладить в том же бульоне, затем вынуть ее из кастрюли и положить на продолговатое блюдо. При отсутствии специальной кастрюли с вынимающимся дном вынуть рыбу из обыкновенной кастрюли, не нарушив внешнего вида, очень трудно. Поэтому рекомендуется разрезать рыбу на 2-3 части и вынуть отдельными кусками. Выдернуть нитки, разрезать ее на небольшие куски и положить на блюдо в виде целой рыбы. Украсить кружочками сваренной в бульоне моркови и половинками сваренных сушеных слив, а дно блюда - зеленью петрушки или сельдерея и вареной морковью. Рыбному бульону дать отстояться, затем осторожно процедить его. Если бульона много, то его можно прокипятить, чтобы часть воды испарилась. Затем растворить в нем желатин, хорошо размоченный в холодной воде (на 1 стакан бульона - 1 чайная ложка измельченного желатина). Если желе окажется мутным, его следует осветлить яичным белком так же, как студень на мясном бульоне. Приготовленным остуженным бульоном залить положенную на блюдо рыбу. Часть бульона вылить в отдельную посуду и дать ему застыть. Рыбу, морковь и сливы на ней покрыть желе, выжимая его через трубочку из пергаментной бумаги.

Фаршированную рыбу можно украсить вареными яйцами (из них делают водяные лилии), маринованными грибами, ломтиками лимона, смесью масла с хреном и др.

ФАРШИРОВАННАЯ ЗАЛИВНАЯ РЫБА

1 1/2 кг щуки, леща или судака, 4 луковицы (для фарша и бульона), 1 долька чеснока, 1-2 яйца, 1 1/2-2 ломтика булки, молоко для размачивания булки, 1 ложка

масла, 3 моркови, 1/2-1 шт. свеклы для бульона, 10 горошин перца, соль, 2-3 стакана приготовленного для желе бульона, лавровый лист.

Рыбу очистить, выпотрошить через надрез у головы, удалить жабры, вымыть и нарезать кусками. Из каждого куска вырезать мякоть, не повредив кожи и оставив кость. Мякоть пропустить через мясорубку или порубить вместе с размоченной в молоке булкой и поджаренным на масле луком. Затем добавить сырые яйца, немного бульона, соль и все хорошо перемешать. Приготовленным фаршем начинить каждый кусок рыбы (вместо вырезанной мякоти и внутренностей).

На дно кастрюли положить нарезанную ломтиками сырую свеклу, морковь и лук. На них положить фаршированные куски рыбы (также голову и хвост), концы кусков смазать яичным белком, чтобы при варке лучше держался фарш. В кастрюлю можно положить 2-3 слоя рыбы, перекладывая их овощами. Залить холодной водой, чтобы она покрыла рыбу, добавить перец, лавровый лист, соль, накрыть кастрюлю крышкой и варить на слабом огне около 2 часов. Во время варки можно добавить луковую шелуху, от которой рыба и желе приобретают красивый цвет. Сваренную рыбу охладить в том же бульоне, в котором она варилась.

Остывшие куски рыбы красиво разложить на продолговатом блюде в виде целой рыбы, приставить голову и хвост, украсить вареными овощами и залить прозрачным рыбным бульоном. Если варилось большое количество рыбы, то бульон хорошо застывает и желатин в него класть не нужно.

Фаршированную кусками рыбу можно варить с меньшим количеством корней и без свеклы. В этом случае ее надо варить всего 35-45 минут.

Заливная рыба, застывшая целиком или отдельными кусками, имеет более красивый вид, если перед подачей на стол ее выкладывают, опрокинув посуду, на другое блюдо. Бульон для желе следует приготовить крепкий и

очень прозрачный, а посуда для застывания должна быть с высокими краями, желательна - специальная форма для рыбы. Прежде всего в форму или в посуду влить слоем около 1 см предназначенный для желе бульон. Когда бульон застынет, положить шляпки маринованных грибов, украшения, вырезанные из вареных овощей и яиц, а на них - куски рыбы. Затем залить вторично бульоном и оставить, чтобы желе хорошо застыло. Перед подачей на стол дно кастрюли, в которой находится заливная рыба, немного подогреть в горячей воде, затем опрокинуть на блюдо. Украшать только края блюда.

РУЛЕТ ИЗ ЩУКИ В ЖЕЛЕ

1 кг щуки, 1 ст. ложка масла, 1 ломтик булки, 1 стакан молока, 4 яйца, 1 ст. ложка масла, 1 морковь, 2 луковицы, 10 горошин перца (для фарша и бульона), 1 лавровый лист, 3 стакана бульона для желе, соль.

Щуку очистить, сделать надрез вдоль спины и выпотрошить. Затем промыть, удалить кости, положить рыбу на дощечку (мякотью кверху) и обровнять мякоть (с более толстых мест срезать и добавить к более тонким). Потом посолить, посыпать перцем и оставить на полчаса, чтобы рыба пропиталась солью.

1 яйцо и 2 желтка для фарша взбить с 1/2 стакана молока, добавить размоченную в молоке и протертую через сито булку, соль, молотый перец, мелко нарезанный лук и, помешивая, слегка поджарить на масле до загустения массы. Можно также приготовить фарш иначе: поджарить отдельно 3 яичных белка и разрезать их на кусочки. Приготовленным фаршем намазать мякоть рыбы, обложить кусочками белка, свернуть рулетом, обернуть марлей, варить 45 минут на слабом огне в бульоне, сваренном из отходов рыбы (костей, головы), пряностей и корней. Когда рыба сварится, дать ей остыть, не вынимая из бульона. Затем вынуть из кастрюли,

снять марлю, нарезать аккуратными ломтиками, уложить на блюдо, залить рыбным бульоном и дать застыть.

При желании опрокинуть на другое блюдо рулет, его нужно положить в миску на слой уже застывшего желе, снова залить бульоном и дать застыть. Затем осторожно опрокинуть миску с рулетом на блюдо.

ЗАКУСКА ИЗ СЕЛЬДИ

2 сельди, 2 луковицы, 50 г масла растительного, 50 г уксуса 3%-ного.

1. Очищенную сельдь нарезать, уложить в селедочницу, сверху положить лук, нарезанный колечками, полить маслом и уксусом. Отварной горячий картофель подать отдельно.

2. Очищенную сельдь уложить в селедочницу, полить уксусом и частью масла. Лук мелко нашинковать, обжарить на растительном масле. На тарелку положить горячий отварной картофель и жареный лук, полить маслом.

Так же готовят закуску из кильки.

СЕЛЬДЬ ПОД ШУБОЙ

2 сельди, 2 картофелины, 1 большая свекла, 3 яйца, 2 луковицы, 250 г майонеза, 160 г зеленого лука.

Сельдь разделать на филе, мелко нарезать. Яйца, картофель, свеклу сварить, очистить, натереть отдельно на крупной терке. На тарелку положить сельдь, покрыть ее слоем мелко рубленного репчатого лука, затем выложить слой рубленых яиц, слой картофеля, сверху уложить слой свеклы. Майонезом можно поливать каждый слой (по 30-40 г), а сверху полить оставшимся; а можно всей порцией майонеза полить только верхний слой. Посыпать рубленым зеленым луком. Свеклу можно заменить морковью, яблоками.

ЗАКУСКА ИЗ ЖАРЕННОЙ РЫБЫ

1 кг снетков или ряпушки, 1/2 стакана растительного масла, 1/2 стакана муки, перец, соль.

Снетки или ряпушку очистить, выпотрошить, посолить, посыпать перцем, обвалить в муке и обжарить на растительном масле.

При подаче на стол аккуратно уложить рядами на блюдо, украсить ломтиками яиц и помидоров.

РЫБНАЯ ЗАКУСКА ПОД МАРИНАДОМ

1 кг ряпушки, 1/2 стакана растительного масла, 1/2 стакана муки.

Для маринада: 1 корень петрушки, 1/2 сельдерея, 1 луковица, 3 лавровых листа, 12 горошин перца, 5 гвоздик, уксус, сахар, соль, 2 стакана воды.

Ряпушку очистить, выпотрошить, промыть, осушить, посолить, обвалить в муке и поджарить на растительном или сливочном масле.

Воду, предназначенную для маринада, кипятить 15-20 минут с очищенным и нарезанным звездочками сельдереем, петрушкой, нарезанным кружочками луком, молотым перцем, лавровым листом и гвоздикой. Незадолго до окончания варки добавить соль, уксус и сахар; маринад должен быть кислым. Остывшим маринадом залить рыбу. Спустя 6 часов блюдо можно подавать.

СЕЛЬДЬ С ГРИБАМИ ЗАКУСОЧНАЯ

2 сельди, 10 сушеных боровиков, 4 ст. ложки растительного масла, 1-2 луковицы.

Селедку вымочить, выпотрошить, снять кожицу, удалить кости, нарезать кусочками, положить в селедочницу, приставить голову и хвост.

Сушеные грибы отварить в подсоленной воде, нарезать продолговатыми тонкими кусочками и вместе с на-

резанным так же луком поджарить на растительном масле. Дать остыть и залить приготовленную селедку.

ЩУКА ПАРОВАЯ ПОД СОУСОМ

1 кг щуки, 1 небольшая луковица, 1/2 корня петрушки, 1 лавровый лист, 1 стакан соуса из хрена, зелень петрушки для украшения, соль.

Подготовленную щуку разрезать на куски, посолить, положить в один ряд в кастрюлю и залить горячим бульоном из кореньев и пряностей; куски рыбы должны быть погружены в него на 1/4-1/3. Плотно накрыть кастрюлю крышкой и варить рыбу на слабом огне 20 минут.

Щуку подать на стол с вареным картофелем, политым сливочным маслом. Из бульона, в котором варилась щука, приготовить соус с хреном и залить им рыбу. Если бульона много, его надо прокипятить, чтобы часть жидкости испарилась.

ЩУКА С ГРИБАМИ

1 кг щуки, 1 стакан отваренных боровиков, 1 - 1 1/2 стакана белого соуса с вином, соль.

Для бульона: 1 небольшая луковица, 1/2 петрушки, 2 лавровых листа, перец, соль.

Для гренок: 2 булочки, 2 ст. ложки масла.

Большую щуку очистить, выпотрошить, промыть и вынуть кости. Посолить, сложить обе половины, разрезать на куски. Затем положить рыбу в один ряд в кастрюлю, в промежутки положить отваренные грибы и залить процеженным бульоном, сваренным из кореньев, пряностей и рыбьих костей. Рыба должна быть залита на 1/4-1/3. Добавить молотый душистый перец, лавровый лист и варить в накрытой крышкой кастрюле, пока рыба не станет мягкой.

Вареную щуку выложить на блюдо, под каждый кусок положить гренку и залить белым соусом с вином. Каж-

дый кусок рыбы украсить вареными грибами. На них можно также положить по вареной раковой шейке (очищенной) или ломтик лимона.

В качестве горячего гарнира подать вареные грибы и вареный картофель.

ЖАРЕНАЯ ЩУКА

1 кг щуки, 1/2 стакана муки, 2 стакана кисло-сладкого соуса, 1/3 стакана подсолнечного масла или 1 ст. ложка топленого масла, молотый перец, соль.

Подготовленную щуку разрезать на куски, посыпать солью, молотым перцем, обвалить в муке и с обеих сторон поджарить на хорошо разогретом растительном или сливочном масле. Затем поставить на 15 минут дожариваться в духовку.

Можно так же жарить щуку, обваленную в сухарях. Подготовленные куски щуки слегка посыпать мукой, смочить в яйце, взбитом с небольшим количеством соли и молока, обвалить в сухарях и жарить на масле.

Жареную щуку положить на блюдо и полить растопленным сливочным маслом. Рядом с ней в качестве горячего гарнира положить вареный картофель или картофельное пюре.

К щуке можно подать сметанный или кисло-сладкий соус. Его можно подать в соуснике или же налить соус вокруг рыбы так, чтобы была видна красиво поджаренная щука.

Отдельно подать салат из свежей капусты или какой-либо другой зеленый салат.

РУЛЕТ ИЗ ЩУКИ

1 - 1 1/2 кг небольших щук, 2 ст. ложки масла для жаренья, зелень петрушки, 1 1/2 стакана ракового соуса, молотый перец, соль.

Для фарша: 1 луковица, 2 ломтика булки, молоко для замачивания булки, 1 ст. ложка масла, 2 крутых яйца, 100 г свежих или маринованных грибов, молотый перец, соль.

Молодых щук очистить, выпотрошить, промыть и разрезать вдоль так, чтобы с одной половиной осталась голова, а с другой - хвост; кости вынуть. Половинки щук посыпать солью, молотым перцем, намазать приготовленным фаршем и свернуть так, чтобы голова и хвост рыбы остались снаружи. Рулеты закрепить лучинкой, положить на сковороду с хорошо разогретым маслом и жарить, пока они не подрумянятся. Затем в накрытой посуде жарить их 20 минут в духовке.

Фарш для рулета приготовить следующим образом: масло растереть до бела, добавить замоченную в молоке булку, порубленные хрупкие яйца, нарезанные тонкими продолговатыми кусками слегка тушеные свежие или маринованные грибы, мелко нарубленный поджаренный лук, соль, молотый перец; все растереть и приготовленной массой намазать половинки рыбы.

Перед подачей на стол жареные рулеты уложить на подогретое блюдо, обложить вареной цветной капустой, спаржей и спаржевой фасолью и украсить раковыми шейками или зеленью петрушки*.

Рулеты и вареные овощи полить соком, образовавшимся при жаренье.

В соуснике подать раковый соус.

ЩУЧЬИ ГОЛОВЫ

Головы щук 2-3 на порцию, морковь 20 г, лук 20 г, петрушка 15 г, чеснок 10 г, картофель 50 г.

Издавна отварные головы щук считаются лакомством. Из голов удаляют жабры и глаза. После этого головы ошпаривают, промывают, заливают холодной водой, добавляют соль, лук, морковь, перец, лавровый

лист и варят. Сваренные головы кладут на круглое блюдо, а между ними - отварной картофель. Головы поливают бульоном с мелко рубленным чесноком и овощами, которые варились в бульоне.

ФАРШИРОВАННАЯ ЩУКА

На 4 порции: щука весом около 2 кг, 1 луковица или мускатный орех, 100 г топленого масла или сметаны, 2 яйца, 2 ломтика белого хлеба, соль, молотый перец, вкусовые корни, лавровый лист.

На голове щуки подрезать кожу, чтобы она снималась вместе с головой, снять ее с тушки в направлении к хвосту. Хребет у хвоста надрезать изнутри таким образом, чтобы тушка была вынута, а хвост остался с кожей и головой. Рыбу выпотрошить, мясо отделить от костей, дважды пропустить через мясорубку вместе с замоченным белым хлебом и (по желанию) луком (лук придает массе серо-зеленый оттенок). Добавить в массу тертый мускатный орех, топленое масло или густую сметану, соль, перец, тщательно перемешать. Подготовленной массой начинить кожу щуки (нельзя начинать туго, так как при варке масса набухнет и кожа может лопнуть). Завернуть рыбу в марлю, оставив оба конца марли свободными, чтобы легче было опустить рыбу в кастрюлю с бульоном и вынуть оттуда. Варить рыбу в бульоне со специями и кореньями на слабом огне 30 мин. Затем вынуть и развернуть марлю. Выложить фаршированную рыбу на блюдо (можно разрезать на куски), гарнировать зеленью петрушки, ломтиками лимона или моркови. К рыбе можно подать картофельное пюре, соус белый или из зелени.

ЩУКА С ГРИБАМИ И СЫРОМ

1 кг щуки, 200 г муки, 1 яйцо, 500 г сливочного масла, 10 сардинок, 4 шампиньона, 2 горсти толченых сухарей,

2 горсти сыра пармезан, 1 лимон, 1 стакан вина, перец молотый.

Приготовить тесто из 200 г муки, яйца и 100 г масла; сделать круглое тесто, раскатать и обложить им края металлического блюда.

Изрубить как можно мельче 10 сардинок или анчоусов, смешать их с горстью рубленых шампиньонов и 200 г масла и разделить эту массу на две равные части; одну половину положить на дно блюда, посыпать хорошо толченными сухарями, смешанными пополам с тертым пармезаном или голландским сыром; на это положить щуку без костей, плотно, кусок к куску, облить соком лимона, посыпать солью, перцем и полить белым столовым вином, чтобы покрыло рыбу; сверху положить остальную смесь, обсыпать снова сухарями с сыром, положить кусками 100 г сливочного масла, блюдо покрыть бумагой и поставить в горячую духовку на 1/2 ч.

ОТВАРНАЯ ТРЕСКА

1 кг трески, 2-3 стакана молока, 4 луковицы, зелень петрушки, 2 лавровых листа, 12 горошин перца, соль.

Подготовленную треску разрезать вдоль пополам, вынуть большие кости, разрезать треску на куски и положить в кастрюлю. Залить холодной водой и два раза вскипятить, после каждого кипячения сменять воду. Второй раз слив воду, посыпать рыбу нарезанным луком, лавровым листом, перцем, солью, залить горячим молоком и сварить.

Перед подачей на стол рыбу положить на блюдо и залить бульоном.

ФАРШИРОВАННАЯ ТРЕСКА

500 г рыбы, 400 г кнельной массы, 180 г грибов, 12 шт. раковых шеек, 400 г соуса.

Филе рыбы без кожи и костей нарезать лентами шириной 3-4 см и длиной 20-25 см. Каждую ленту смазать сырой рыбной кнельной массой или выпустить ее из бумажной трубочки. Ленту свернуть в рулон.

Подготовленную рыбу положить в сотейник, закрыть промасленной бумагой, налить немного бульона и припустить в жарочном шкафу. Перед подачей на рыбу положить грибы, раковые шейки, а сбоку рыбы - отварной картофель. Полить белым соусом.

Так же можно приготовить судака.

При изготовлении кнельной массы рыбное филе без кожи, нарезанное на куски, и размоченный в молоке пшеничный черствый хлеб (с предварительно обрезанными корками) пропускают 3-4 раза через мясорубку. Измельченную массу смешивают с сырыми яичными белками и хорошо взбивают, понемногу подливая молоко или сливки. Чем больше взбивают массу, тем она становится пышнее. Соль кладут в конце взбивания.

Для кнельной массы на 1 кг рыбного филе берут 100 г белого хлеба, 500 г молока или сливок, 20 г соли, 110 г яичных белков (от 5-6 яиц).

ТРЕСКА ТУШЕНАЯ

700 г рыбы, 2 ст. ложки муки, 60 г масла подсолнечного, 4 луковицы, 2 стакана молока, 100 г зелени, перец.

Филе трески без костей, но с кожей нарезать по два куска на порцию, посыпать солью, перцем, запанировать в пшеничной муке и обжарить на подсолнечном масле. В глубокий сотейник положить слоем сырой нашинкованный репчатый лук или лук-порей, а на него - куски обжаренной рыбы, которые засыпать слоем лука, залить горячим кипяченым молоком и тушить при слабом кипении до тех пор, пока лук не станет мягким.

Подавать с отварным картофелем или рассыпчатым рисом. Рыбу посыпать петрушкой или укропом. Это блюдо (без гарнира) можно подать и в холодном виде.

ТРЕСКА С КАПУСТОЙ

1 кг трески или камбалы, 1 кг квашеной капусты или 1 небольшой кочан свежей капусты, 1 луковица, 1/2 стакана муки, 1/2 стакана растительного масла, сахар, соль, томатный соус.

Подготовленную треску или камбалу разрезать на куски (кости можно вынуть), посолить, обвалить в муке и поджарить на растительном масле или топленом сале.

Квашеную или свежую капусту тушить, добавив лук, растительное масло, сахар и немного воды.

В кастрюлю положить слоями тушеную капусту и поджаренную треску. Все залить томатным соусом, поставить в духовку и тушить.

Подать с вареным картофелем.

ТРЕСКА С СЫРОМ

800 г трески, 125 г масла растительного, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 20 шт. маслин, 1 1/2 стакана томатного соуса, 60 г сыра, 30 г зелени петрушки.

Салфетку смочить в подсоленной воде, выжать и обтереть ею рыбу. Масло разогреть в сотейнике и обжарить в нем треску, нарезанную кусками. Когда рыба зарумянится, положить ее на горячее блюдо. Мелко нарезать лук и чеснок, обжарить в масле, туда же влить томатный соус, положить в него зелень петрушки, вскипятить и облить рыбу. Сверху посыпать тертым сыром и обложить маслинами.

ФАРШИРОВАННЫЙ СУДАК

500 г рыбы, 2 луковицы, 120 г хлеба пшеничного, 120 г молока, 60 г маргарина сливочного, 3 яйца, 3 дольки чеснока, 500 г соуса.

Очищенного от чешуи судака выпотрошить, отделить голову, промыть. Затем изнутри тушки острым ножом

надрезать реберные кости и осторожно удалить их вместе с хребтовой костью, не прорезая кожи.

После этого срезать мякоть, оставляя на коже слой не толще 1 см.

Приготовить из мякоти фарш так же, как для щуки фаршированной (см. стр. 17). Положить фарш на одну половину кожи, накрыть второй, придав форму целой рыбы.

На смазанный сливочным маргарином противень уложить рыбу, налить немного бульона, покрыть промасленной бумагой и припустить в духовке.

Горячего фаршированного судака подать с отварным картофелем, полить рыбу паровым или томатным соусом.

РУЛЕТ ИЗ СУДАКА

1 кг судака, 1/2 стакана муки, 1/2 стакана сухарей, 1 яйцо, 1 стакан растительного масла для жаренья, молотый перец, соль.

Подготовленную рыбу разрезать вдоль пополам, снять кожу, удалить кости. Нарезать мякоть полосами и посыпать их солью и молотым перцем. Затем посыпать мукой, смочить взбитым яйцом, обвалить в сухарях и свернуть в рулеты. Чтобы они не распались, заколоть каждый рулет лучинкой. Если полосы рыбы длинные, то можно каждую полосу завертывать, начиная с обеих концов, пока не сойдутся оба рулета. Посередине проткнуть лучинкой, чтобы они не развертывались.

Приготовленные рулеты положить в большое количество хорошо разогретого жира и жарить их 3-5 минут. Когда поверхность хорошо поджарится, вынуть рулеты шумовкой из жира и на несколько минут положить в духовку для дожаривания.

Рулеты подать на стол на подогретом блюде. Лучинки вынуть. Рядом с рулетами положить жареный картофель. Залить маслом или подать отдельно томатный соус.

Такие рулеты можно приготовить и из щуки.

СУДАК В КЛЯРЕ

1 кг судака, 2 ст. ложки растительного масла для смазывания, растительное масло, топленое свиное сало или другой жир для жаренья, зелень петрушки, лимонная кислота, 1 стакан томатного соуса, молотый перец, соль.

Для теста: 1 1/2 стакана муки, 2 ст. ложки растительного масла или 1/2 ст. ложки сливочного масла, 2 яйца, 1 неполный стакан молока или сметаны, 1 чайная ложка сахара, соль.

Очищенного, выпотрошенного и промытого судака разрезать вдоль спины на две половины, снять кожу и удалить кости. Мякоть разрезать на куски не толще 2 см, обмакнуть в растительное масло, положить в глиняную миску, полить лимонной кислотой или лимонным соком, посыпать зеленью петрушки, солью, перцем и оставить на 15 минут, чтобы рыба замариновалась.

Предназначенную для теста муку смешать с молоком, добавить яичные желтки, растительное масло, соль, сахар, хорошо растереть и, осторожно перемешивая, ввести взбитые яичные белки. Вместо молока можно взять сметану. В этом случае вместо растительного масла лучше употреблять сливочное масло. Сначала масло растереть с сахаром и яичными желтками, затем положить муку и другие добавления. Тесто должно быть густоты хорошей сметаны. Затем каждый кусок рыбы, держа его на вилке, обмакнуть в тесто, положить в большое количество хорошо разогретого жира и жарить, пока поверхность теста не станет золотистого цвета.

Жареную рыбу сразу подать на стол. Уложить ее на подогретое блюдо в виде конуса, посыпать зеленью петрушки и обложить ломтиками лимона (если имеется).

Горячий томатный соус подать в соуснике.

СУДАК С ХЛЕБОМ И ВИНОМ

1 кг свежего судака, 1 бут. вина, 100 г белого хлеба, 2 горсти рубленого сельдерея, 2 ложки каперсов, 1/2 мускатного ореха, 1/2 лимона.

Подготовленный и нарезанный на куски судак слегка отваривают в подсоленной воде, затем эту воду сливают, а вместо нее прибавляют 1 бутылку красного или белого некислого столового виноградного вина, немного мякоти белого или пеклеванного хлеба, мелкорубленный сельдерей, каперсы, немного мускатного ореха, немного лимонного сока, перца, сахара - все это разбавить до надлежащей густоты рыбным бульоном (по желанию) и томить судака до готовности.

СУДАК, ЗАПЕЧЕННЫЙ С СЫРОМ

Судак 1,5-2 кг.

Соус: 200-300 г сливок, 2 желтка, 100 г сливочного масла, 10-20 г муки, 100 г сыра пармезан, соль, перец.

Очищенного судака варить в подсоленной воде 10 мин. Снять кожу и положить в смазанную маслом огнеупорную посуду. Гарнировать (вокруг рыбы) 1-2 очищенными картофелинами, сваренными в мундире, залить соусом, приготовленным следующим образом: смешать сливки, желтки, сливочное масло, муку, тертый сыр пармезан, соль, перец и развести процеженным отваром рыбы. Печь залитую этим соусом рыбу в горячей духовке 12-15 мин.

СУДАК ФРИ

2 судака, 1 яйцо, 1 ст. ложка молока, 1 ст. ложка пшеничной муки, 4 ст. ложки белых молотых сухарей, 1/2 стакана растительного масла, 6 клубней картофеля, 1/2 лимона, 1 стакан томатного соуса, зелень петрушки, соль, перец.

Судака, не очищая от чешуи, разрезать вдоль по спинке на 2 половинки, срезать хребтовые и реберные кости, удалить кожицу, промыть. Мякоть нарезать длин-

ными полосками (20-25 см), посыпать солью и перцем, обвалить в муке, опустить во взбитое с молоком яйцо, обвалить в сухарях, свернуть с двух концов в виде рулетика, сколоть тонкой деревянной шпажкой, чтобы не развернулся. Подготовленные рулетики судака обжарить в казанке на раскаленном растительном масле (3-4 мин), шумовкой вынуть из жира. Положить на сковороду и поместить в духовку, довести до готовности в течение 5-7 мин. Готового судака положить на блюдо, удалить шпажки, положить кружочки лимона. Гарнировать жареным картофелем, посыпать зеленью, отдельно подать томатный соус.

СУДАК С ШАМПИньОНАМИ

1 кг судака, 50 г сливочного маргарина, 50 г муки, 125 г тушеных шампиньонов, лимонный сок или уксус, соль, зелень петрушки.

Подготовленную рыбу целиком или порционно потушить в подсоленной и, при желании, с кореньями воде. Муку поджарить в маргарине, затем залить ее одновременно грибным и рыбным отварами, заправить мелко нарезанными шампиньонами и измельченной петрушкой. Готовое блюдо подать на стол в этой посуде. Судака можно заменить любой другой благородной морской или пресноводной рыбой.

СУДАК ПОД СОУСОМ С ТРЮФЕЛЯМИ

Судак 1 кг, 200 г сливочного масла, 1 стакан основного белого соуса, 2 ст. ложки ракового масла, 2 трюфеля.

Судака очищают, режут на куски, солят и дают стоять 1 ч, потом поджаривают в сотейнике со сливочным маслом, но не зарумянивают.

Приготовить белый соус на раковом масле. В него прибавляют мелко порубленные трюфеля; часть мелко рубленных трюфелей смешивают со сливочным маслом

и протирают через сито, чтобы получить червячки, которые до подачи судака на стол выносят на лед. Поджаренного судака кладут на блюдо, вокруг выливают соус с трюфелями, а на него осторожно, чтобы не измять, кладут трюфельное масло.

Это блюдо надо подавать, как выражаются, «с пылу».

ЖАРЕНый УГОРЬ

1 кг угря, 1 яйцо, 1 ст. ложка масла, 1 стакан сухарей, 1 стакан томатного соуса, молотый перец, соль.

С угря снять кожу, выпотрошить его и промыть, разрезать на куски, посыпать их солью, перцем, смочить взбитым яйцом, обвалить в сухарях или муке и поджарить на масле. Затем залить томатным соусом и несколько минут тушить.

Молодого угря можно жарить, не снимая кожи. Перед жареньем кожу нужно хорошо поскоблить ножом, натереть солью и промыть.

Жареного угря подать на стол с картофельным пюре или жареным картофелем. Отдельно подать салат из свежей капусты или какой-либо другой салат.

Жареного угря, залитого холодным томатным соусом или маринадом, можно подавать в качестве холодной закуски.

УГОРЬ С ВИНОМ И ПИВОМ

Угорь, 0,25 л светлого пива, 0,4 л воды, 0,1 л красного вина, 1 луковица, лавровый лист, красный болгарский перец, соль, крахмал.

Угря выпотрошить, снять кожу, нарезать порциями. Светлое пиво и красное вино прокипятить с луковицей, лавровым листом, полосками красного перца и солью, положить куски угря, сварить и оставить на 25 мин на горячей выключенной плите, после чего подавать к столу.

УГОРЬ В ТОМАТЕ

0,8-1 кг рыбы, 0,5 стакана растительного масла, 1 ст. ложка муки, 3-4 помидора или 2 ст. ложки томата-пюре, соль, перец.

Нарезать на порционные куски рыбу, посолить, посыпать черным перцем и, обваляв в муке, обжарить с двух сторон. В растительном масле поджарить муку. Добавить очищенные и мелко нарезанные помидоры (или томат-пюре), прожарить и налить горячей воды, чтобы получить соус умеренной густоты. Посолить его по вкусу и перелить в кастрюлю из огнеупорного стекла или небольшой противень. Положить поджаренную рыбу. Затем поставить ее в духовку и запекать 20-30 мин. Перед подачей посыпать мелко нарезанной зеленью.

УГОРЬ С ЛУКОМ И ГРИБАМИ

Угорь (1 кг), 100 г грибов, 1-2 луковицы, 1/2 пучка петрушки, 2 ст. ложки масла, соль, перец.

Нарезать ломтиками грибы и припустить их в масле, предварительно посолив.

Очистить лук и зелень петрушки, мелко нарезать и смешать с грибами. Добавить черный перец и посолить.

Уфя посолить и нафаршировать подготовленной смесью. Смазать подсолнечным маслом и завернуть в фольгу. Закрывать с обоих концов и поставить в духовку. Подавать с отварным картофелем, зеленым салатом и ломтиками лимона.

ФОРЕЛЬ ПОД СОУСОМ ИЗ ХРЕНА

1 кг форели, 1 кофейная чашка подсолнечного масла, 1 лимон, корень хрена, 2 ст. ложки зелени петрушки, соль.

Отварить форель. Выложить на тарелку и залить соусом, приготовленным следующим образом: в кофейную

чашку подсолнечного масла, не переставая помешивать ложкой в одном направлении, добавить постепенно сок одного лимона, 1 измельченный на мелкой терке корень хрена, 2 столовые ложки зелени петрушки и соль по вкусу.

ФОРЕЛЬ С ЛИМОНОМ

1 кг свежей форели, 1 лимон, немного пряностей, 10 шт. картофеля, 10 раков, 1 стакан соуса из раков.

В рыбную кастрюлю кладут очищенную и выпотрошенную цельную свежую форель, наливают немного (чтобы покрыло рыбу) мясного или рыбного бульона с небольшим количеством лимонного сока и пряностей и уваривают до готовности, после чего форель вынимают и кладут на салфетку, сложенную в несколько раз и положенную на блюдо; гарнируют отваренным цельным картофелем, зеленью и раками.

Отдельно подают раковый соус или хрен с уксусом.

ФОРЕЛЬ С ГРИБАМИ И ВИНОМ

1 кг форели, немного перца, 2 луковицы, зелень петрушки, 5 шампиньонов, 1/2 лимона, 1,5-2 стакана вина, 2 ст. ложки муки.

Подготовленную форель кладут в кастрюлю, добавляют немного перца, рубленого лука, зелень петрушки, шампиньоны, ломтики лимона, столовое вино и томят до готовности, после чего форель выкладывают на блюдо, а оставшийся соус заправляют мукой, если нужно - разбавляют бульоном, и обливают рыбу.

ШАШЛЫК ИЗ ФОРЕЛИ

На 250 г форели: 5 г сливочного масла, 15 г лимона или 50 г зерен граната; соль, зелень эстрагона, перец красный по вкусу.

Очищенную рыбу выпотрошить, не разрезая брюшка, через отверстие, образовавшееся после удаления жабр. Столовой ложкой осторожно выскоблить внутренности и удалить слой крови с хребтовой части. После этого рыбу тщательно промыть и обсушить полотенцем. Для того чтобы рыба при жаренье не деформировалась, нужно острым ножом сделать надрезы на коже в нескольких местах. Подготовленную рыбу снаружи и внутри посыпать солью и красным перцем, надеть на шпажки и жарить над раскаленными углями (без пламени), периодически поворачивая и смазывая рыбу сливочным маслом.

Подать форель на блюде, украсив кружочками лимона и веточками зелени эстрагона.

Зерна граната подать отдельно. Лимон можно также подать отдельно.

СИГ С ОВОЩАМИ

Сиг амурский (хариус, пристипома, баттерфиш) 500 г, морковь 1 шт., репчатый лук 1 головка, лавровый лист 1 шт., черный перец горошком 5 шт., соль по вкусу.

Рыбу очищают, потрошат; у сига, хариуса удаляют жабры, у баттерфиша и пристипомы - голову.

Подготовленную тушку заливают горячей водой, добавляют очищенные, промытые и нарезанные (морковь, корень петрушки - соломкой, лук - полукольцами) овощи, специи и варят на слабом огне примерно 10—15 мин.

При подаче тушку отварной рыбы поливают томатным или томатным с овощами соусом. В качестве гарнира подают отварной картофель или картофельное пюре.

Блюдо можно посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки, соус подать отдельно в соуснике.

СИГ В ТОМАТЕ

На 200 г сига: 20 г моркови, 20 г репчатого лука, 20 г томата-пюре, 15 г топленого масла, 3 г муки, 2 г чесно-

ка, 75 г рыбного бульона; соль, перец, зелень петрушки по вкусу.

Рыбу очистить, выпотрошить, промыть, отрезать голову и хвост, разрезать на куски и отварить.

Из головы и хвоста сварить бульон и процедить его.

Морковь и репчатый лук мелко нарезать, обжарить на масле, затем добавить томат-пюре и жарить еще 5-7 мин.

Обжаренную муку, помешивая, развести рыбным бульоном, добавить подготовленные овощи, измельченный чеснок, соль, перец и дать закипеть. Отваренную рыбу залить приготовленной подливкой и довести до кипения.

Подать сига на блюде, посыпав зеленью петрушки.

ОКУНЬ С КАРТОФЕЛЕМ И САЛОМ

1 кг небольших окуней, 150 г свежего сала или копченого шпика, 6 картофелин, 3 луковицы, бульон, 1/2 - 1 стакан сметаны, лавровый лист, перец, соль.

Мелких окуней очистить от чешуи, выпотрошить (головы оставить) и хорошо промыть. В кастрюлю положить слой нарезанного кружочками сырого картофеля, слой окуней. Намазать сверху сметаной, посыпать луком, перцем, солью, лавровым листом и обложить кусочками мелко нарезанного шпика. Сверху таким же образом можно снова положить ряды картофеля и окуней. Влить бульон и тушить в печке или духовке, пока кости окуней не размягчатся.

ЛИНЬ В ВИНЕ

1 кг линя, 2 луковицы, 1 ст. ложка масла, 2 стакана отваренных свежих боровиков, 2 стакана белого вина, душистый перец, соль.

Для соуса: 1/2 ст. ложки муки, 1 яичный желток, 1 ст. ложка масла, 1/4 лимонной корки.

Подготовленного линя разрезать на куски, посыпать солью, молотым перцем, положить в кастрюлю вместе с поджаренными на масле грибами и луком (можно и не поджаривать), залить вином и тушить (припустить).

Муку поджарить на масле, добавить тертую лимонную корку, разбавить соком, образовавшимся от тушения рыбы, и, помешивая, немного поварить. Затем снять посуду с огня, добавить яичный желток и, размешивая, еще немного подогреть. Приготовленным соусом запить положенного на блюдо линя, рядом с ним положить тушеные грибы.

ЛИНЬ В СМЕТАНЕ

2-4 линя (в зависимости от величины), 3/4 л воды, 1 луковица, 1 маленький лавровый лист, 50 г маргарина, 50 г муки, 1 стакан белого вина, 250 г сметаны, зерна пряностей, соль, коренья.

Подготовленную рыбу сварить до полуготовности, заправив солью, кореньями, луком и пряностями, затем достать рыбу из кастрюли. Поджарить в маргарине муку, залить частью отвара, добавить вино и сметану. Положить кусочки линя в смазанную жиром жаропрочную форму, залить процеженным соусом и варить на самом слабом огне. При желании посыпать измельченным укропом или зеленью петрушки.

ТУШЕНЫЙ НАЛИМ

2 налима, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки пшеничной муки, 8 сушеных грибов, 3 луковицы, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 соленый огурец, 1 стакан рыбного бульона, 1 стакан сухого белого виноградного вина, 6 шт. картофеля, соль, перец, зелень петрушки.

С налима снять кожу (она очень жесткая), удалить внутренности, вырезать печень, освободив ее от желчи.

Мякоть нарезать на порционные куски, посыпать солью и перцем, обвалить в муке и обжарить на масле до полуготовности. Дно сотейника посыпать поджаренным луком, положить куски рыбы, сверху - еще слой лука в смеси с отваренными и поджаренными грибами, нарезанные тонкими ломтиками и припущенные огурцы и печень налима. Полить бульоном, вином и на малом огне тушить до готовности. Готового налима выложить на блюдо, вокруг положить грибы, овощи и печень, полить соком, в котором они тушились, посыпать мелкорубленной зеленью петрушки.

ГОРБУША ПО-ДОМАШНЕМУ

Горбуша (треска, окунь морской, сазан, ставрида океаническая, сквама, филе хека, палтуса), 1 луковица, 1/4 корня сельдерея, 6-7 шт. картофеля, 1-2 моркови, 2 стакана молока, соль, зелень петрушки, укропа.

Для приготовления этого блюда используют филе с кожей или без нее, получаемое при кулинарной разделке рыбы, а также выпускаемое промышленностью. Готовят это блюдо в глубоких порционных сковородах или в горшочках.

Подготовленные овощи нарезают мелкими кубиками. Репчатый лук и сельдерей обжаривают, перекладывают в порционную сковороду или горшочек, добавляют картофель, морковь, соль, перец, молоко и тушат 15-20 мин, затем на овощи кладут кусочки филе массой по 20-25 г и тушат до готовности в духовке.

Подают в горшочках, посыпав мелко нарезанной зеленью.

ОТВАРНЫЕ ОСЕТРОВЫЕ

1 кг осетрины (севрюги, стерляди), 1 морковь, 1/2 луковицы, 1/2 корня петрушки, 2 лавровых листа, 1 стакан голландского соуса, перец, соль.

Подготовленную, разрезанную на большие куски осетрину ошпарить, положить в один ряд в кастрюлю кожей вниз, добавить нарезанные корни и пряности, залить холодной водой и нагревать на слабом огне, пока не закипит. И варить при слабом кипении, пока рыба не станет мягкой.

Куски вареной осетрины осторожно вынуть, удалить хрящи, кожу (если они ранее не были удалены), разрезать на более мелкие куски, положить на блюдо и запить горячим голландским, польским соусом или соусом из хрена.

В качестве горячего гарнира подают вареный картофель, вареный зеленый горошек, тушеную морковь или картофельное пюре.

Таким же образом варят стерлядь и севрюгу. Перед приготовлением ошпаривать кипятком стерлядь не нужно; визигу следует выдернуть.

ОСЕТРИНА В ТОМАТНОМ СОУСЕ

1 кг рыбы, 1 морковь, 50 г корня петрушки, 1 огурец соленый, 60 г грибов, 30 г каперсов, 60 г оливок, 500 г томатного соуса, 1/2 лимона, 50 г зелени, перец.

Куски осетрины без кожи и хрящей припустить. Морковь, корень петрушки нарезать брусочками, лук - полукольцами или дольками, соленые огурцы очистить от кожицы, удалить семена, нарезать ломтиками. Все отдельно припустить до готовности. Грибы отварить, нарезать ломтиками, каперсы отжать от рассола, у оливок удалить косточки.

Подготовленные продукты положить в томатный соус, прокипятить.

К блюдам из осетровых рыб можно добавлять хрящи от головизны.

Подать рыбу с отварным картофелем, полить соусом, сверху положить ломтик лимона.

Так же можно приготовить судака, сома, налима, треску, минтая, палтуса, ставриду, морского окуня.

ОСЕТРИНА С ГРИБАМИ

500 г рыбы, 200 г свежих грибов, 3 ст. ложки белого столового вина, 1 ст. ложка муки, 60 г сливочного масла.

Очищенную, ошпаренную, промытую и нарезанную рыбу положить в неглубокую кастрюлю. Между кусками рыбы положить очищенные, вымытые и нарезанные ломтиками грибы (белые, шампиньоны). Рыбу посолить, посыпать перцем, прибавить вино, стакан бульона (или воды) и, закрыв кастрюлю, варить 15-20 минут.

Когда рыба сварится, бульон слить в другую кастрюлю, поставить на огонь и кипятить до тех пор, пока его не останется около стакана. Добавить в него неполную столовую ложку муки, смешанную с таким же количеством масла, и, помешивая, кипятить еще 3-4 минуты. Полученный соус снять с огня, положить в него кусочек сливочного масла и снова размешать, чтобы масло соединилось с соусом, добавить соль и процедить.

Если рыба будет вариться без вина, то в готовый соус добавить чайную ложку лимонного сока или разведенной лимонной кислоты.

При подаче на стол куски рыбы переложить в подогретое блюдо, сверху на каждый кусок положить грибы и полить приготовленным соусом. К рыбе можно подать отварной картофель, огурцы или салат, а также ломтики очищенного лимона.

ЗАПЕЧЕННАЯ ОСЕТРИНА

1 кг осетрины или севрюги, 1 ст. ложка масла, 2 ст. ложки сметаны, зелень петрушки, соль.

Ошпаренный, очищенный от чешуи и обмытый кусок осетрины положить кожей вниз на смазанный маслом протвень, сверху намазать сметаной, посолить, полить растопленным сливочным маслом и запекать 30-40 минут в духовке.

Перед подачей на стол разрезать на кусочки и положить на блюдо. Рядом положить жареный картофель,

края блюда украсить зеленью петрушки. Полить соком, в котором осетрина запекалась.

Таким же образом готовится севрюга.

СТЕРЛЯДЬ С ГРИБАМИ

Стерлядь 500 г, репчатый лук и корень петрушки по 1 шт., головизна 100 г, соленые огурцы 2 шт., белые свежие грибы 6 шт. или шампиньоны 9 шт., мука пшеничная 1/2 ст. ложки, маргарин или сливочное масло 1,5 ст. ложки, пол-лимона, соль по вкусу.

Стерлядь очищают от «жучков», затем разрезают брюшко, потрошат, вытягивают визигу, пластуют и нарезают кусками.

Соленые огурцы очищают от кожицы и нарезают ломтиками. Свежие белые грибы или шампиньоны очищают, тщательно промывают и также нарезают ломтиками.

Нарезанную порционными кусками рыбу заливают бульоном, приготовленным с головизной, добавляют процеженный огуречный рассол, подготовленные огурцы, грибы, нарезанные лук, корень петрушки, специи и варят под крышкой до готовности. Затем бульон сливают, оставив небольшое количество его для приготовления соуса и подогрева рыбы.

Для приготовления соуса жир растапливают, высыплют в него просеянную муку и пассеруют ее на слабом огне, не допуская изменения цвета. В пассерованную и слегка охлажденную муку вливают горячий процеженный бульон с рассолом, хорошо размешивают и варят в течение 5-10 мин, затем добавляют соль, сок лимона и заправляют маслом.

Готовую стерлядь выкладывают на тарелку, сверху укладывают вареные хрящи, нарезанные ломтиками вареные грибы, соленые огурцы и поливают приготовленным соусом. На гарнир подают отварной картофель, посыпанный мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

ОСЕТР С ЛУКОМ И КАПЕРСАМИ

Осетр (севрюга) 500 г, репчатый лук 1 головка, морковь, корень петрушки по 1 шт., сливочное масло 1 ст. ложка, соль по вкусу.

Рыбу пластуют на звенья, ошпаривают, удаляют «жучки», зачищают места ранений и крупные кровоподтеки. Звенья промывают, перевязывают в нескольких местах шпагатом, кладут кожей вниз на решетку в рыбный котел, добавляют очищенные, промытые и нарезанные морковь, репчатый лук и корень петрушки, заливают холодной водой, накрывают крышкой и ставят варить.

После закипания жидкости с ее поверхности удаляют пену и продолжают варить без кипения при температуре 85-90 С.

Готовую рыбу вынимают, удаляют хрящи, нарезают порционными кусками и подогревают в слегка подсоленном горячем бульоне.

Готовую рыбу выкладывают кожей вниз. На гарнир подают отварной картофель, политый растопленным сливочным маслом. Рыбу поливают белым соусом с каперсами.

СТЕРЛЯДЬ В ШАМПАНСКОМ

1 кг свежей стерляди, 1 лимон, 100 г сливочного масла, 1/2 бут. шампанского.

Стерлядь потрошат, хорошо промывают в холодной воде, режут на толстые куски и после этого каждый кусок досуха вытирают, затем укладывают один к одному в сотейник, куда выжимают сок из одного лимона, кладут сливочное масло, вливают 1/2 бут. шампанского или какого-либо хорошего, не кислого, белого виноградного вина и варят под крышкой 5-10 мин, смотря по толщине дна сотейника и по величине, т.е. толщине, самой стерляди; подают в сотейнике.

ОСЕТРИНА В ВИНЕ

1 кг осетрины, 4 луковицы, по 1 шт. разных корнеев, 1/2 бут. вина, 2 ложки муки, 5 маринованных грибов.

Кусок свежей осетрины кладут в кастрюлю вместе с рубленным луком и резаными кореньями, прибавляют перец и белое столовое вино пополам с бульоном и уваривают под крышкой до готовности; нарезают осетрину на ровные ломтики, укладывают их на блюдо и обливают следующим соусом: к бульону, в котором варилась рыба, прибавляют муку, каперсы и маринованные шинкованные грибы; кипятят.

ОСЕТР В КЛЯРЕ

400 г рыбы (осетрина, севрюга, белуга), несколько капель лимонной кислоты, 1 ст. ложка растительного масла, зелень петрушки, 4 ст. ложки муки, 3 яйца, 4 ст. ложки жира, соль.

Звенья осетровых рыб нарезают брусочками длиной 7-10 см и толщиной до 1,5 см; ошпаривают, а затем промывают для удаления свернувшегося белка. Подготовленную рыбу в течение 20-30 мин выдерживают в маринаде, состоящем из смеси растительного масла, лимонного сока или лимонной кислоты и мелко нарезанной зелени.

Для приготовления теста просеянную муку разводят теплым молоком, добавляют часть растительного масла, соль. Перед жареньем в тесто вводят взбитые яичные белки, осторожно его перемешивают и выпекают.

КАРП С СЫРОМ И ГРИБАМИ

На 1 кг карпа - 200 г свежих белых грибов или шампиньонов, 70 г масла, 2 луковицы, 1,5 стакана сметаны, 1 ст. ложка муки, 100 г тертого острого сыра, 2 ст. ложки молотых сухарей.

Карпа очистить от чешуи и внутренностей. Срезать филе, положить на смазанный маслом противень и запечь в духовке до полуготовности. Грибы очистить, промыть, нарезать крупными дольками. К подготовленным грибам добавить нарезанный кольцами лук, соль, перец, 1/4 стакана воды и тушить до полной готовности. Выложить готовые грибы на рыбу, залить подсоленной сметаной, смешанной с мукой. Густо посыпать натертым на крупной терке сыром, смешанным с сухарями. Сбрызнуть растопленным маслом и запечь в духовке до образования румяной корочки.

ФАРШИРОВАННЫЙ КАРП

Карп 1 кг, 2 луковицы, 8 ст. ложек растительного масла, 1 стакан толченых орехов, соль, красный и черный молотый перец.

Карпа очистить; помыть, посолить со всех сторон. Поджарить лук, нарезанный ломтиками. Добавить соль, черный и красный молотый перец, толченые орехи. Смешать и нафаршировать карпа. Затем зашить его, положить на противень, на дно которого уложить несколько тоненьких палочек, залить 4 ст. ложками подсолнечного масла и запечь в не очень жарком духовом шкафу. Готового карпа нарезать ломтиками и подавать в холодном виде.

КАРП С МИНДАЛЕМ

Карп 1 кг, 5-6 ст. ложек растительного масла, 1 луковица, ломтик сельдерея, 2-3 корешка петрушки, 1 ст. ложка муки, 14-15 очищенных ядрышек миндаля, 1 ст. ложка уксуса, 1 лавровый лист, соль, черный перец горошком.

Нарезать кусками рыбу, посолить и выдержать с солью 10-15 мин. Затем обвалить в муке и поджарить. Готовую рыбу уложить на блюдо и залить соусом, приготовленным следующим образом: поджарить в 5-6 ст. ложках подсол-

нечного масла мелко нарезанный лук, ломтик сельдерея и корешки петрушки, нарезанные ломтиками. Добавить 1 ст. ложку муки и также поджарить. Развести горячей водой, посолить и варить минут 30, а затем процедить. Овощи протереть сквозь сито, соединить с соусом, добавить лавровый листик, несколько горошин черного перца, уксус и очищенный миндаль, нарезанный мелкой соломкой. Соус варить еще около 10-15 мин на слабом огне.

КАРП С ЛИМОНОМ ПОД СОУСОМ

Карп 1,5 кг, 1 стакан вина, 1 стакан уксуса, 50 г сливочного масла, 2 ст. ложки муки, 30 г копченого сала, соль, 1-2 лавровых листика.

Нарезанную на куски рыбу залить смесью вина с уксусом (1 стакан вина и 1 стакан уксуса), положить 1-2 лавровых листа, 2-3 кружочка лимона и перец. Накрывать крышкой и оставить стоять несколько часов. Для карпа в полтора килограмма весом приготовить следующий соус: поджарить на сливочном масле 2 ст. ложки муки, положить 30 г копченого сала, нарезанного мелкими кусочками, развести частью уксуса, которым была залита рыба, и долить 1 ст. ложку бульона. Когда соус закипит, положить в него рыбу вместе со всеми специями и тушить на слабом огне. Куски рыбы выложить на блюдо и залить процеженным соусом.

КАРП С МАСЛОМ «МЕТРДОТЕЛЬ»

10 небольших порционных карпов, 2 яйца для панировки, 1 стакан панировочных сухарей, 2 ст. ложки муки, 2 стакана фритюра, 2 лимона, соль, перец по вкусу.

Для масла «метрдетель»: 200 г сливочного масла, 1 ст. ложка рубленой зелени петрушки, перец по вкусу.

Карпов очистить от чешуи, выпотрошить через разрез на спинке, голову и хвост отрезать, хорошо про-

мыть, завернуть в полотенце и хорошо обсушить. Посыпать изнутри солью, перцем и мукой, обвалить в яйце и сухарях, опустить в горячий фритюр и обжарить со всех сторон, обсушить от жира на бумаге, положить на блюдо брюшком вниз, а в разрез на спинке положить масло «метрдетель» и продольный кусочек лимона. К жареным карпам подать нарезанные лимоны.

Приготовление масла «метрдетель»: сливочное масло растереть, прибавляя лимонный сок из 1/2 лимона. В растертую массу всыпать зелень петрушки и перец.

КАРП С ОВОЩАМИ

1,5 кг карпа, 2 ст. ложки уксуса или лимонного сока, лук, коренья, молотый перец, соль, лавровый лист, масло.

Тушку карпа обмыть, выпотрошить, хорошо промыть изнутри, натереть солью, сбрызнуть уксусом или лимонным соком. Поставить варить коренья, добавить лук, перец, лавровый лист, соль. Рыбу уложить на широкий марлевый бинт, опустить в отвар и варить с кореньями на слабом огне, смотря за тем, чтобы не переварилась. Осторожно выложить из бульона на мелкую посуду и полить топленным маслом. По краям положить тушеные овощи (морковь, горошек, цветную капусту).

ТУШЕНЫЙ КАРП

2 кг карпа, соль, молотый перец, 4 ст. ложки масла или маргарина, 1 луковица, по 0,5 стакана мелко нарезанной зелени петрушки и зеленого лука, 1 стакан сметаны, 1 лавровый лист, 1 бутон гвоздики, 100 г молотых сухарей, 1 ст. ложка сахара, 2 ст. ложки сока ревеня или уксуса, вода.

Карпов очистить, обрезать головы, плавники, промыть, нарезать кусками, посыпать солью и перцем, обжарить вместе с луком, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и лука, тушить 2-3 мин, добавить смета-

ну, воду, лавровый лист, гвоздику, молотые сухари и специи. Тушить под крышкой 20 мин.

В кастрюле растопить сахар до коричневого цвета, добавить сок ревеня или уксус, получившуюся жидкость влить в кастрюлю с рыбой. Готовую рыбу выложить в посуду и залить жидкостью, в которой она тушилась.

КАРП В САЛЕ

800 г филе карпа, 60 г масла, 50 г лука, молотый красный перец, 100 г сала, 200 г очищенного зеленого перца, соль, лимон, 200 г сметаны.

Филе карпа вымыть, нарезать кусками, добавить лимонный сок и обжарить в масле. Сало нарезать мелкими кусочками, добавить лук, зеленый перец, нарезанный колечками, посыпать молотым красным перцем и потушить.

В тушеный перец положить порции обжаренной рыбы, залить сметаной, накрыть и тушить до готовности. Солить по вкусу. При подаче на стол карпа посыпать свежей зеленью. Гарниром может служить жареный картофель.

ТЕЛЬНОЕ ПО-РУССКИ

Рыба (мякоть) 100 г, хлеб 18 г, молоко 20 г, чеснок 0,8 г, яйцо 1/10 шт., масло сливочное 8 г.

Тельным называют в русской кухне рыбный фарш. Упоминается тельное в этом значении еще в рукописях XI—XIII вв. Для его приготовления малокостистую рыбу (судака, рыбу-капитана, сома, щуку, налима, треску, лосося и др.) очищают, промывают, нарезают вдоль на две половинки, затем с каждой половинки срезают кости, кладут полученное филе кожей вниз на разделочную доску и срезают мякоть. Мякоть рыбы пропускают через мясорубку вместе с чесноком, добавляют хлеб, замоченный в молоке, соль, перец, яйцо, размягченное масло и

хорошо вымешивают. Из этой массы (тельного) делают батон толщиной около 5-6 см, заворачивают его в салфетку (или целлофан, смазанный маслом), перевязывают шпагатом, кладут на решетку рыбного котла, заливают бульоном и варят около 30-40 мин. Батон охлаждают в бульоне, разворачивают, нарезают на кружки, прогревают их в бульоне и подают как самостоятельное блюдо или гарнир.

ТЕЛЬНОЕ ХОЛОДНОЕ

1. Рыба (судак, треска, щука, морской окунь и др.) без костей 100 г, яйцо 1/3 шт. или грибы 15 г, мука 4 г, молоко 23 г, лук 25 г, масло топленое 7 г.

2. Рыба без костей 100 г, хлеб 18 г, молоко 20 г, лук репчатый 30 г, масло топленое 9 г, яйцо 1/10 шт., чеснок 0,8 г.

Гарнир 150 г, хрен 75 г.

Рыбу очищают, потрошат, промывают и нарезают вдоль по позвоночнику. Затем отделяют реберные кости и позвоночник. Полученное филе кладут на доску кожей вниз и срезают мякоть с кожи. Мякоть измельчают на мясорубке, добавляют слегка обжаренный на масле лук, рубленое куриное яйцо или отварные сухие грибы, соль, перец, зелень петрушки.

Муку слегка обжаривают с маслом, разводят молоком, прогревают до загустения. Этот соус добавляют к рубленой рыбе и все хорошо перемешивают.

ТЕЛЬНОЕ ИЗ СУДАКА

1-1,2 кг свежего судака, 400 г ветчины, 300 г масла.

Снять с судака мясо и, выбрав кости, пропустить через мясорубку. Фарш разделить пополам; одну часть этой массы поджарить с рубленой ветчиной, из другой части сделать шарики и также поджарить; оставшуюся половину раскатать в лепешку, положить на нее шарики и начинку с

ветчиной, завязать в салфетку и варить 1/2 ч. Вынув из салфетки, положить на сковородку, обложить маслом и поставить в духовой шкаф, чтобы зарумянилось.

РЫБА С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ

750 г рыбы (или 500 г готового филе), 800 г картофеля, 1 стакан сметаны, 2 яйца, 200 г свежих белых грибов, 25 г сыра, 2 ст. ложки муки и 4 ст. ложки растительного масла.

Куски рыбы посолить, посыпать перцем, обвалить в муке и обжарить на сковороде с маслом. Обжарить также белые грибы, очищенные, промытые, нарезанные, и картофель, нарезанный кружочками толщиной в 1/2 см. Рыбу уложить на сковороду, на каждый кусок положить кружки сваренного вкрутую яйца и грибы. Потом обложить рыбу кружками жареного картофеля и полить процеженным соусом из сметаны.

Соус готовится так: нагреть сметану и, когда она закипит, прибавить чайную ложку муки, смешанной с таким же количеством масла, размешать, кипятить 1-2 минуты и посолить.

Рыбу, политую соусом, засыпать сверху тертым сыром, полить растопленным маслом и поставить в духовой шкаф на 5-6 минут, чтобы она подрумянилась. При подаче на стол рыбу посыпать сверху мелко нарезанной зеленью петрушки.

Запекать можно филе осетрины, севрюги, белуги, судака, сазана, щуки и другой рыбы.

РЫБА С ГРИБАМИ И ТОМАТОМ

800 г рыбы, 2-3 ст. ложки муки, 2 луковицы, 2-3 ст. ложки томата-пюре, 100 г сушеных грибов, 1-2 ст. ложки молока, 1 яйцо, 150 г растительного масла или маргарина, петрушка, соль, перец.

Скумбрию, камбалу, ставриду, хек после оттаивания очистить, удалить голову, внутренности и плавники. Затем разрезать пополам и удалить позвоночник. Подготовленное таким образом филе нарезать (на больших кусках сделать два-три надреза, чтобы в дальнейшем куски не деформировались), посыпать солью и перцем, обвалить в муке, затем смочить в льезоне (яйцо, смешанное с молоком) и жарить на хорошо разогретой сковороде в растительном масле или маргарине, пока не образуется золотистая корочка. Рыба, однако, не должна быть полностью готова, так как она еще будет подвергаться тепловой обработке. Обжаренную рыбу снять и отставить в сторону.

На смазанный жиром подогретый противень выложить обжаренную рыбу, а сверху - мелко нарезанные сушеные грибы, отваренные, а затем обжаренные с репчатым луком. Полить все томатным соусом, посыпать тертым сыром, мелко нарубленной зеленью и запекать в духовке при температуре не более 160° в течение 10-15 минут.

Рыбу подать с жареным или отварным картофелем, зеленым горошком. На тарелку можно положить ломтики соленого огурца, салат из капусты.

ШАШЛЫК ИЗ РЫБЫ С ЯБЛОКАМИ

600 г рыбного филе, 300 г яблок, 3 ст. ложки растительного масла, 1, чайная ложка лимонного сока, 2 ст. ложки сухого вина, зелень, соль, перец.

Небольшие куски рыбного филе замариновать на 30-40 минут в эмалированной посуде. Для маринада смешать вино, растительное масло, рубленую зелень, сок лимона, соль, перец.

Яблоки очистить от семян и кожи и слегка запечь в духовке (не более 1-2 минут). Филе нанизать на шпажки или шампуры, перемежая куски рыбы и яблоки. Обжарить в духовке.

~~~~~

Подавать шашлык, украсив зеленью и овощами. Можно предложить соус тартар. Готовить его так: соленые огурцы очистить от семян и кожи, нарезать мелкими кубиками, а затем, слив рассол, смешать с майонезом. Можно добавить в соус немного лимонного сока и рубленую зелень укропа.

### **РЫБА В ГОРШОЧКЕ**

500 г рыбы, 1 луковица, сливочное масло или маргарин, 2-3 картофелины, 1-2 столовые ложки томат-пюре, 2 небольших соленых огурца, 2-3 столовые ложки сливок, красный молотый перец на кончике ножа, 2 столовые ложки нарубленного зеленого лука, 1 стакан воды.

Лук мелко нарубить и обжарить в жире. Переложить в горшочек, добавить красный перец, воду, нарезанный сырой картофель. Горшочек поставить в разогретую духовку. Когда картофель станет мягким, вынуть горшок из духовки, добавить в него томат-пюре, нарезанные ломтиками огурцы и кубиками рыбу, посолить, влить сливки, закрыть горшок крышкой, поставить тушить до готовности всех продуктов.

### **ФАРШИРОВАННАЯ РЫБА**

Рыба (лещ, сазан, карп) 800 г, хлеб 100 г, молоко или вода 1/2 стакана, репчатый лук 2-3 головки, яйца 1-2 шт., морковь 2 шт., корень петрушки 1 шт., свекла 1/4 шт., лавровый лист, черный перец горошком.

Рыбу очищают от чешуи, удаляют голову, плавники, потрошат, не разрезая брюшка, и хорошо промывают. Подготовленную рыбу нарезают на порции (кругляши), из которых со стороны спинки вырезают мякоть, оставляя невредимой кожу и хребтовую кость. Мякоть рыбы, хлеб, предварительно замоченный и отжатый, пропускают через мясорубку, смешивают с мелко нарезанными репчатым луком, яйцом, зеленью петрушки, а также со-

~~~~~

лью, молотым перцем и полученным фаршем заполняют вырезанные места и брюшко рыбы.

Подготовленную рыбу помещают до половины в толстостенную посуду, на дно которой предварительно выкладывают нарезанную кружочками морковь, корень петрушки, заливают доверху холодной водой и варят до готовности. Перед окончанием варки добавляют лавровый лист и перец горошком. Охлаждают рыбу в отваре до комнатной температуры. Осторожно раскладывают порции рыбы на тарелки или блюдо и охлаждают. Отвар процеживают, дают ему застыть и используют в качестве дополнительного гарнира к рыбе.

РЫБА С ОРЕХАМИ И ИЗЮМОМ

1 кг рыбы (треска, камбала), 1 стакан растительного масла, 100 г очищенного миндаля или орехов, 50 г изюма, 500 г помидоров, перец, соль, жир для жаренья (растительный), томатный соус.

Рыбу почистить, вымыть, надсечь по диагонали, натереть солью и перцем и обжарить на смазанной жиром сковороде. Затем полить растительным маслом и поставить запекать в теплую духовку, время от времени сбрызгивая растительным маслом. Орехи и изюм поджарить в небольшом количестве растительного масла, убрать их со сковороды, а в сковороду положить помидоры, посыпанные солью и перцем, и тушить их до тех пор, пока они не развалятся. Затем протереть сквозь сито, поставить еще раз на небольшой огонь и дать соусу немного загустеть. Рыбу выложить на блюдо, сверху посыпать орехами и изюмом, а перед подачей на стол полить томатным соусом.

ЖАРЕНАЯ РЫБА

2-4 рыбины, лимонный сок или уксус, соль, мука, жир.

Подготовленную рыбу (форель, угорь, уклейка) разделить на порции, натереть лимонным соком и солью, об-

валять в муке и обжарить в течение 5 мин с обеих сторон в горячем жире.

Если нужно зажарить крупную рыбу целиком, положите ее на смазанную жиром решетку, смажьте маргарином и жарьте в духовке около 20 мин.

Можно также положить на сковороду кусочки шпика, на них - рыбу, через 10 мин перевернуть ее другой стороной.

РЫБА С СЫРОМ И КАШТАНАМИ

1,5 кг рыбы, 100 г масла, 1 стакан сметаны, 100 г тертого сыра, 400 г каштанов, 1 ч. ложка перца, соль по вкусу.

Рыбу нарезать на порционные куски. В огнеупорные горшки (по числу персон) положить на дно по кусочку сливочного масла, по 1 ложке сметаны. Затем положить в них куски рыбы, посыпав их перцем, солью и тертым сыром, на все это положить сваренные каштаны. Полить содержимое горшочков смесью растопленного масла, сметаны, сухарей и сыра, влить в каждый по 3 ложки горячей воды. После этого горшочки замазать тестом (сделать из него «крышку»), сверху тесто смазать яйцом, посыпать сыром. Горшочки поставить на противень и поместить в духовку со средним жаром. Печь до тех пор, пока тесто не зарумянится и рыба не пропечется.

РЫБА С ЯБЛОКАМИ

500 г рыбы (камбала, треска, сквама), 2 яблока, 2 луковицы, 50 г сливочного масла, 3/4 стакана белого виноградного вина, 2 ст. ложки сметаны, соль, перец.

Мелкую рыбу используют целыми тушками, крупную нарезают порционными кусками. Подготовленную рыбу солят и перчат.

Репчатый лук нарезают полукольцами, очищенные, с удаленной сердцевинной яблоки - ломтиками.

Дно сотейника смазывают маслом, помещают на него лук и яблоки, на них кладут рыбу, добавляют виноградное вино, 20-25 мл воды и доводят на плите до кипения, затем в течение 30-40 мин доводят рыбу до готовности в духовом шкафу.

В полученный при тушении соус добавляют кусочки сливочного масла, сметану и соль.

При подаче рыбу поливают соусом.

РЫБА С ХРЕНОМ И СМЕТАНОЙ

500 г рыбы (щука, карп, сазан, треска), 3 ст. ложки топленого масла, 1 стакан сметаны, 3 ст. ложки тертого хрена, соль, сахар.

Подготовленную рыбу промывают, натирают изнутри и снаружи солью, смазывают частью сметаны, заправленной натертым хреном, солью и сахаром, и запекают в духовке.

При подаче к столу запеченную рыбу выкладывают на блюдо, поливают оставшейся сметаной с хреном и посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки. На гарнир подают отварной или жареный картофель.

РЫБА В КЛЯРЕ

На 500 г готового филе: 5 ст. ложек муки, 3 ст. ложки растительного масла, пол-лимона, 2 яйца, 100 г жира для жаренья.

Приготовить тесто (кляр). В миске смешать муку и соль с двумя столовыми ложками растительного или топленого масла, затем развести теплой водой (полстакана) так, чтобы не было комков. Миску с тестом накрыть и дать постоять. Рыбное филе нарезать кусочками толщиной 1 см и длиной 5-7 см, посыпать солью, перцем, нарубленной зеленью; отжать на рыбу сок половины лимона, прибавить ложку растительного масла, перемешать и оставить так на 15-20 мин.

За 10-15 мин до подачи на стол добавить в тесто два яичных белка, взбитых в пену; каждый кусочек рыбы взять вилкой и, обмакнув в тесто, погрузить в приготовленный в кастрюле горячий жир. При обжаривании кастрюлю с рыбой надо покачивать, чтобы кусочки рыбы покрылись жиром. При подаче на стол уложить рыбу в виде пирамиды на подогретое блюдо, положив на него бумажную салфетку. Украсить блюдо веточками зелени петрушки. Отдельно подать майонез или горячий томатный соус. На гарнир - зеленый салат и отварной картофель с маслом.

КАРП, ТУШЕННЫЙ В ПИВЕ

На 1 кг карпа - 40 г маргарина, соль, 2 морковки, 1/2 корня сельдерея, 2 стебля лука-порея, 1 корень петрушки, 2 луковицы, 1 бутылка светлого пива, 5 зернышек белого перца, 1 лавровый лист.

Разрезать разделанного карпа на куски и посолить. Слегка обжарить мелко нарезанные овощи и лук в маргарине, залить половиной бутылки пива и томить еще несколько минут под крышкой. Положить в соус куски карпа, белый перец, лавровый лист и долить остаток пива. По желанию можно приправить готовое блюдо мукой.

КАРП НА РЕШЕТКЕ

Карп 1,5 кг, 1 кг картофеля, 50 г копченого сала, 50 г сливочного масла, 100 г сметаны, соль, перец.

Большого зеркального карпа очистить, разрезать вдоль, посолить, сделать поперечные надрезы и в каждый надрез положить маленький кусочек сливочного масла и копченого сала. На сковороду поставить решетку, на решетку положить рыбу, а на сковороду, смазанную сливочным маслом, положить кружочками нарезанный и посоленный картофель. Поставить в духовку и, когда нач-

нет жариться, посыпать мукой и перцем. Когда образуется сверху корочка, полить сметаной и продолжать поливать ею до тех пор, пока рыба не прожарится.

КАРП С ИЗЮМОМ ПОД СОУСОМ

1 кг карпа, 2 ст. ложки уксуса, 250 г кореньев, 1 луковица, 2 ст. ложки маргарина, 1/4 л красного вина, 1/2 л воды, 50 г коврижки, 10 г изюма, 1/2 лимона, 1 ст. ложка муки, сахар, соль.

Карпа выпотрошить, промыть, нарезать порциями, натереть уксусом. Подготовленные корни и лук мелко нарезать и поджарить в маргарине. Добавить красное вино или уксус, воду и соль, варить 20-30 мин, затем заправить тертой коврижкой, промытым изюмом, нарезанным дольками лимоном.

Соус заправить солью и сахаром (или сиропом), перемешать с разведенной в холодной воде мукой. Положить в ряд голову карпа, кусочки рыбы, залить соусом, дать закипеть и варить 30 мин на слабом огне.

Вино можно заменить пивом.

КАРП В ВИНЕ

1 кг рыбы, 3 стакана воды, 1 стакан вина, 2 луковицы, 4-5 долек чеснока, 1/2 пучка петрушки, 1-2 моркови, 1 лавровый лист, 15-20 горошин черного перца, соль.

Рыбу нарезать на куски.

Влить в посуду, предназначенную для варки рыбы, воду и вино. Добавить мелко нарезанный лук, чеснок, крупно нарезанную зелень петрушки, морковь, нарезанную ломтиками, лавровый лист, перец и по вкусу соль. Поставить на огонь и варить минут 30. Затем положить рыбу и варить на слабом огне 20-25 мин. Готовую рыбу осторожно вынуть, уложить на тарелку и залить процеженным соусом. Вокруг уложить гренки.

КАРП ПОД СЛАДКИМ СОУСОМ

1 ст. ложка сливового повидла, 50 г черствых толченых пряников (медовых!), 50 г очищенного и измельченного миндаля, 50 г изюма и 1 ст. ложка с верхом масла.

Живого карпа весом около 1 кг заколоть, а кровь собрать в чашку, куда перед этим выжать сок из 1/2 лимона.

Рыбу очистить, нарезать на порции, посолить и поставить в холодное место на 20 мин, затем положить рыбу в плоскую кастрюлю и залить 1/2 л отвара, сваренного из 1 среднего сельдерея, нарезанного соломкой, большой луковицы, 1 рюмки красного сухого вина, куска тонко срезанной лимонной цедры, нескольких горошин черного перца, 1/3 чайной ложки молотого имбиря и сока 1/2 лимона. Когда рыба сварится, осторожно переложить ее на подогретое блюдо и держать в тепле. Овощи протереть сквозь густое металлическое сито, добавить к ним кровь карпа, стакан темного пива, 2-3 кусочка сахара, 1 ст. ложку сливового повидла, 50 г черствых толченых пряников (медовых!), 50 г очищенного и измельченного миндаля, 50 г изюма и 1 ст. ложку с верхом масла. Соус варить на слабом огне 10-15 мин, а когда он немного остынет, попробовать на вкус (можно чуть-чуть посолить) и горячим залить рыбу.

КЕФАЛЬ С КАРТОФЕЛЕМ

0,8 кг рыбы, 2 пучка петрушки, 1/2 кг мелкого картофеля, 3-4 ст. ложки растительного масла, лимонный сок или уксус, 1 ст. ложка муки, соль.

Очистить рыбу, помыть и нарезать. Затем посолить и выдержать с солью 10-15 минут. Обвалить в муке и поджарить в горячем подсолнечном масле. Готовую рыбу уложить на блюдо, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и сбрызнуть лимонным соком или уксусом.

Промыть зелень петрушки, нарезать и поджарить с 3-4 ст. ложками масла, затем посолить.

Отварить в подсоленной воде мелкий картофель, уложить вокруг рыбы и полить растопленным маслом. В нескольких местах положить горками поджаренную зелень петрушки.

ФАРШИРОВАННЫЙ ЛЕЩ

0,5 кг рыбы, 100 г сметаны, 2 ст. ложки сухарей, 300 г каши гречневой, 100 г сливочного масла, 1-2 яйца, 3 моркови, 0,4-0,5 кг квашеной капусты, соль.

Леща среднего размера очищают, удаляют жабры, глаза и потрошат через жаберные крышки. После этого рыбу хорошо промывают, солят и фаршируют гречневой кашей или квашеной капустой. Для этого гречневую кашу перемешивают с рубленным вареным яйцом, жареным луком и сырым яйцом. Квашеную капусту отжимают, добавляют слегка обжаренный лук и тушат с маслом до мягкости.

Фаршированного леща поливают сметаной, обсыпают молотыми сухарями с мукой, кладут на сковороду или противень и жарят в духовке, периодически поливая сметаной.

При подаче поливают образовавшимся при жаренье соусом.

КЛОПС

600 г рыбного филе, 50 г муки, 100 г жира (лучше маргарина), 4 луковицы, 200 г сметаны, грибы, зелень, соль, перец по вкусу.

Филе хека, трески, окуня (можно по отдельности, а можно смешать) нарезать кусочками по 30-40 г, посолить, поперчить, запанировать в муке, выложить на разогретую с жиром сковороду и жарить до полуготовности. Добавить нарезанный кольцами репчатый лук, чуть позже - нарезанный дольками отварной картофель и жарить все вместе. В конце положить сметану, аккуратно перемешать и жарить еще 5 минут. Обильно посы-

пать зеленью, рублеными жареными грибами (можно и без них) и подавать прямо на сковороде со свежими овощами.

РЫБНЫЙ ПАПРИКАШ

350-400 г мелкой рыбы, карп весом около 1 кг, 2 луковицы, перец по вкусу.

На дно посуды положить слой очищенной мелкой рыбы и голову карпа, а сверху слой нарезанного ломтиками лука, на лук часть карпа, нарезанного на куски в 2 пальца толщиной, затем следует опять слой лука и сверху вторая половина карпа. Напитать столько воды, чтобы покрыть верхний слой рыбы. Поставить на огонь и, когда закипит, посолить и положить ложку перца. Варить на слабом огне 1 ч.

МАТЕЛОТ

Рыба 1 кг, 400 г масла, 30 мелких луковиц, 800 г стерляди, 2 ст. ложки муки, 1 стакан бульона, 1,5 стакана красного вина, 5 шампиньонов, 1/2 лимона, щепотка соли, 1 ложка каперсов, 10-15 раков, 1/2 батона.

Берут любую свежую рыбу, но преимущественно карпа, за жаривают в масле в глубоком сотейнике с мелким луком. Когда луковицы подрумянятся, их вынуть и отложить. Когда рыба зажарится, ее вынуть из сотейника и отложить. После этих предварительных подготовок в сотейник, в котором жарилась рыба, подсыпать 1-2 ложки муки, поджарить ее, постоянно мешая, в том же масле, и развести бульоном, прибавив 1-1,5 стакана красного вина; туда же положить рубленые шампиньоны, добавить немного лимонного сока, немного соли, каперсы. Когда соус хорошо прокипит, опускают жареную рыбу и лук и все варят на легком огне часа два и даже более. Подавая, все выкладывают на блюдо, гарнируют гренками, отваренными раками и поливают соусом.

ШНИЦЕЛЬ ИЗ РЫБЫ

500 г рыбы (горбуша, клякч, скумбрия, морской окунь, макрель), 1 яйцо, 4 ст. ложки панировочных сухарей, 1,5 ст. ложки растительного масла, 100 г сливочного масла, 1/3 лимона, соль, зелень петрушки, укропа и др.

Филе без костей и кожи слегка отбивают, посыпают солью, перцем, смачивают в яйце и панируют. Жарят основным способом с обеих сторон до образования румяной корочки.

При подаче выложенный на тарелку шницель поливают растопленным сливочным маслом, сверху кладут дольку лимона. На гарнир подают жареный картофель или овощи, посыпанные мелко нарезанной зеленью.

ЦЕВИСЫ ИЗ РЫБЫ

1 кг рыбного филе, 6-8 кусочков сыра, 3-4 кусочка вареной ветчины, 2 яйца, толченые сухари, растопленный жир, мука, соль.

Рыбу разрезать на 6 или 8 одинаковых кусочков, немного посолить. Расположить слоями рыбу, сыр, ветчину, снова сыр и рыбу. Полученные порции обвалить в муке, полить взбитым яйцом и посыпать толчеными сухарями. Обжарить на жире с обеих сторон до золотисто-коричневого цвета.

РЫБНЫЕ ЗРАЗЫ

1,5 кг хорошей рыбы, 200 г шампиньонов, 1 луковица, 50 г масла, 1 ст. ложка зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Для соуса: 2 ст. ложки масла, 1 ст. ложка муки, 1,5 стакана рыбного бульона, 1/4 стакана белого вина, полстакана сливок, 3 желтка, лимонный сок по вкусу.

Освободить филе рыбы от костей и, держа нож наискось, нарезать небольшими продолговатыми кусками

(начинать резать филе от широкой части поперек волокон). Каждый ломтик отбить на мокрой доске, несильно ударяя тяпкой, чтобы не разрывать волокна мяса. Обровнять края ломтиков, посыпать их солью и перцем, на середину каждого положить фарш, завернуть края со всех сторон и свернуть ломтики трубочкой. Приготовленные зразы положить в глубокую сковородку завернутой стороной вниз, влить немного рыбного бульона, сваренного из головы и костей, закрыть крышкой и тушить на небольшом огне до готовности. Сложить зразы в фарфоровую миску, залить соусом и подавать.

Приготовление грибного фарша: мелко нарубленные шампиньоны поджарить в масле вместе с мелко нарубленной зеленью петрушки и рубленным луком. Добавить соль и перец, влить 2-3 ст. ложки воды, размешать.

Приготовление соуса: 1 ст. ложку масла и 1 ст. ложку муки посолить, растереть на глубокой сковороде, постепенно залить рыбным бульоном, сваренным из головы и костей рыбы, прокипятить. Добавить белое вино и сливки, прокипятить на пару, чтобы соус немного загустел. В отдельной кастрюльке растереть 1 ст. ложку масла, втереть в нее по одному 3 желтка, постепенно влить туда же приготовленный соус, поставить на пар и проварить до густоты сметаны, добавив лимонный сок по вкусу.

КОТЛЕТЫ ИЗ ОСЕТРОВЫХ

1 кг рыбы, 150 г масла, 2 стакана фритюра для жаренья, 100 г муки, 40 г сухих белых грибов, 1,5 стакана сливок, 1,5 стакана рыбного бульона, 2 яйца, 1,5 стакана тертого черствого хлеба.

Рыбу нарезать одинаковыми ломтиками толщиной в палец, положить на глубокую сковороду в один ряд, подлить 1/2 стакана бульона, закрыть крышкой, поставить на слабый огонь и довести натуральные котлеты до готовности. Остудить. Густо смазать соусом и поставить в холодильник, чтобы соус хорошо застыл. Застывшие котлеты обваливать в тертом белом хлебе и быстро обжарить в ки-

пящем фритюре (только дать зарумяниться). Подавать с зеленым горошком.

Приготовление соуса: грибы отварить в небольшом количестве воды до мягкости, мелко порубить и потушить в масле (1 чайная ложка). Растереть муку и масло, разбавить горячим рыбным бульоном, прибавить сливки и грибы. Варить, помешивая, до тех пор, пока соус по консистенции не станет похожим на картофельное пюре. Добавить по вкусу соль и лимонный сок.

ПУДИНГ ИЗ РЫБЫ

400 г рыбного филе, 1/2 стакана молока, 1 ст. ложка сливочного масла, 60 г белого хлеба, 1 яйцо.

Одну половину рыбного филе без кожи и костей вместе с размоченным хлебом пропускают через мясорубку с крупной решеткой, а другую - варят и охлаждают.

Подготовленную рыбу соединяют и пропускают через мясорубку с мелкой решеткой. В полученный фарш вводят яичные желтки, сливочное масло, посыпают солью, все тщательно перемешивают и осторожно выпускают взбитые в пену белки, затем массу быстро выкладывают в смазанную маслом форму и варят на пару.

Подают рыбный пудинг, полив его растопленным сливочным маслом или соусом, с картофельным пюре, картофелем в молоке, тушеным картофелем.

БЛИНЫ С РЫБОЙ

На 350 г зубатки пятнистой: 2 ч. ложки лимонного сока, 2 ст. ложки воды, 2 ст. ложки сливочного масла, 1,5 стакана блинной муки, 1 стакан сметаны, 4 соленых огурца (корнишона), 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени, соль, молотый черный перец.

Подготовленную рыбу солят, перчат, кладут на смазанный маслом противень или сковороду, поливают лимонным соком, водой и сбрызгивают маслом, на-

крывают крышкой, запекают в жарочном шкафу в течение 20 мин.

Из блинной муки выпекают блины. Огурцы и запеченную рыбу, нарезанные кубиками, петрушку смешивают и заправляют сметаной.

Укладывают блины горкой на блюдо, перекладывая каждый ряд приготовленной рыбной смесью, украшают веточками зелени петрушки.

КРАСНАЯ ИКРА

1 баночка лососевой икры, 2 ч. л. лимонного сока, 2 ст. л. растительного масла.

Икру можно использовать в том виде, в котором она куплена. Однако икра будет вкуснее и лучше оформлена, если ее выложить на фарфоровую тарелку, слегка разровнять вилкой (не нарушая целостности икринок) и залить смесью лимонного сока и растительного масла. Затем выдержать ее минут десять в прохладном месте и подать на стол.

ЧЕРНАЯ ИКРА

1-2 ст. л. (20-30 г) зернистой или паюсной икры, 1 лимон, сливочное масло, 1 сваренное вкрутую яйцо.

Черную икру используют в том виде, в котором она куплена. Подают всегда со сливочным маслом и поджаренными ломтиками белого хлеба (тостами). Украшают ломтиками лимона и крутого яйца, зеленым салатом и пр.

БЕЛЫЙ СОУС С ВИНОМ

850 г основного белого соуса, 50 г сливочного несоленого масла, 30 г топленого или растительного масла, 100 г лука, 50 г корней петрушки, 2 желтка, 100 г белого вина, 5 г соли, 0,2 г черного перца, 50 г лимона или 0,2 г винной кислоты.

Лук и корни петрушки очищают и мелко нарезают, поджаривают в топленом или в растительном масле. Прибавляют основной белый соус и варят на слабом огне в течение 20 мин. Затем добавляют белое вино, после чего соус должен кипеть еще 10 мин. Взбитые желтки соединяют с частью оставшегося соуса в отдельной посуде, затем тонкой струйкой вливают смесь в снятый с огня соус (он должен иметь температуру не выше 65 °С, чтобы не свернулись желтки), непрерывно его помешивая. Соус процеживают через сито, добавляют в него несоленое сливочное масло и взбивают, пока все масло не разойдется в соусе. Затем кладут соль, черный перец и лимонный сок (или винную кислоту).

СОУС КИСЛО-СЛАДКИЙ

1/2 ст. ложки муки, 1/2 ст. ложки масла, 1 1/2 стакана бульона, лимон или лимонная кислота, 1/2 стакана изюма, 1/2 - 1 стакан вина, немного соли, сахар.

Поджаренную на масле до коричневого оттенка муку разбавить мясным или рыбным бульоном, немного поварить, процедить, добавить жженный сахар, лимонную кислоту или нарезанные ломтики лимона, изюм, вино и все вскипятить.

В этот соус можно прибавить мелко нарезанные вареные сливы.

СОУС РАКОВЫЙ

1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка ракового масла, 2 желтка, лимонная кислота, соль.

Сырые желтки положить в небольшую кастрюлю, добавить сливочное масло и кусочки ракового масла (см. ниже). Помешивая деревянной ложкой, медленно подогреть массу до загустения, затем добавить поджаренную на масле муку, соль, лимонную кислоту, перемешать и процедить через густое сито.

МАСЛО РАКОВОЕ

Высушить скорлупу вареных раков, растолочь и поджарить на масле до желтовато-красного оттенка. Затем налить воды и немного поварить. Дать отстояться, процедить и охладить. Когда масло затвердеет, осторожно слить воду.

СОУС ПАРОВОЙ

Готовят основу для соуса на очень крутом бульоне от припускания рыбы. В промежуточную основу добавляют белое вино или лимонную кислоту, мелко нарезанные свежие белые грибы (можно готовить соус и без них) и кипятят. Готовый соус заправляют по вкусу и добавляют масло.

СОУС ГОЛЛАНДСКИЙ

2 ст. ложки масла (50 г), 2 желтка, 1-1 1/2 ст. ложки воды, сок от половины лимона или лимонная кислота по вкусу, соль.

Сырые желтки тщательно отделить от белков, положить в эмалированную кастрюлю, добавить воду, нарезанное мелкими кусочками масло и, помешивая деревянной лопаткой, подогреть на слабом огне, пока соус не станет густым и масло соединится с желтками в однородную массу. В эту массу, помешивая, понемногу добавлять остальное растопленное масло, добавить по вкусу лимонную кислоту или лимонный сок и соль.

В голландский соус можно добавить готовую горчицу и немного молотого перца.

СОУС ПОЛЬСКИЙ

1 1/2 ст. ложки масла, 1-2 вареных яйца, зелень петрушки или укропа, молотый перец, соль, лимонная кислота.

В растопленное масло положить мелко нарезанные сваренные вкрутую яйца, зелень петрушки, соль, перец, лимонную кислоту, перемешать и подогреть. Для того чтобы класть меньше масла, этот соус можно разбавить белым соусом.

СОУС С КАПЕРСАМИ ПО-АНГЛИЙСКИ

100 г сливочного масла, 1 1/2 ст. ложки столового уксуса, 2 ст. ложки каперсов, 1 ложка муки.

Растопленное масло и мелко изрубленные каперсы подправить мукой; проварить, мешая.

СОУС СМЕТАННЫЙ

1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 1-1 1/2 стакана мясного, рыбного или овощного бульона, 1/2-1 стакан сметаны, соль.

Поджаренную до светло-желтого оттенка на масле или сухим способом муку, помешивая, развести мясным, рыбным или овощным бульоном, затем варить 5-10 мин. К концу варки добавить сметану, соль. Перец можно совсем не класть или же положить очень мало, чтобы он не заглушал вкуса и запаха сметаны. В этот соус можно добавить желтки, сахар и лимонную кислоту. Чтобы соус сгустился, надо, добавив желтки, подогреть его. Приготовленный таким образом соус подается к запеканкам. Сметанный соус подают также к мясным, овощным и рыбным блюдам.

СОУС ТОМАТНЫЙ

1/2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка масла, 1 1/2 стакана мясного или рыбного бульона, 1/2 моркови, 1/2 лукови-

цы, 1/2 корня петрушки, 1 стакан томатного пюре, перец, лавровый лист, лимонная кислота, сахар, соль.

Поджаренную на масле или сухим способом муку развести мясным или рыбным бульоном. Добавить мелко нарезанные поджаренные на масле овощи и томатное пюре, немолотый перец, лавровый лист и варить полчаса на слабом огне. Затем соус процедить, овощи протереть, добавить лимонную кислоту, сахар и соль. Все соединить довести до кипения и положить масло.

СОУС БЕЛЫЙ

1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 2 стакана мясного или рыбного бульона, соль.

Муку поджарить на масле (или сухим способом) до светло-желтого оттенка. Помешивая, развести ее бульоном и 10-15 мин варить. Если в соусе остались комки муки, необходимо процедить его и добавить по вкусу соль. Этот соус используется по большей части для приготовления других соусов. Если белый соус подают к мясному блюду, его следует заправить лимонной кислотой, добавить белый перец и зелень укропа. Для рыбных блюд вместо мясного бульона берется рыбный бульон.

СОУС ИЗ ХРЕНА

2 стакана сметанного соуса, 1 стакан натертого хрена, 2 ст. ложки уксуса (9 %-ного), перец, лавровый лист, масло.

Натертый хрен прогреть с маслом, добавить перец, лавровый лист, уксус и тушить. Затем добавить сметанный соус и варить 5-7 мин.

СОДЕРЖАНИЕ

Рыбный галантип.....	3
Студень из головы.....	3
Заливное рыбное.....	4
Заливное из судака.....	5
Заливная осетрина.....	6
Рыба под маринадом.....	6
Маринованная рыба с кэрри.....	7
Форшмак.....	7
Паштет из сельди.....	8
Фаршированная щука в желе.....	8
Фаршированная заливная рыба.....	9
Рулет из щуки в желе.....	11
Закуска из сельди.....	12
Сельдь под шубой.....	12
Закуска из жареной рыбы.....	13
Рыбная закуска под маринадом.....	13
Сельдь с грибами закусочная.....	13
Щука паровая под соусом.....	14
Щука с грибами.....	14
Жареная щука.....	15
Рулет из щуки.....	15
Щучьи головы.....	16
Фаршированная щука.....	17
Щука с грибами и сыром.....	17
Отварная треска.....	18
Фаршированная треска.....	18
Треска тушеная.....	19
Треска с капустой.....	20
Треска с сыром.....	20
Фаршированный судак.....	20
Рулет из судака.....	21
Судак в кляре.....	22
Судак с хлебом и вином.....	22

Судак, запеченный с сыром.....	23
Судак фри.....	23
Судак с шампиньонами.....	24
Судак под соусом с трюфелями.....	24
Жареный угорь.....	25
Угорь с вином и пивом.....	25
Угорь в томате.....	26
Угорь с луком и грибами.....	26
Форель под соусом из хрена.....	26
Форель с лимоном.....	27
Форель с грибами и вином.....	27
Шашлык из форели.....	27
Сиг с овощами.....	28
Сиг в томате.....	28
Окунь с картофелем и салом.....	29
Линь в вине.....	29
Линь в сметане.....	30
Тушеный налим.....	30
Горбуша по-домашнему.....	31
Отварные осетровые.....	31
Осетрина в томатном соусе.....	32
Осетрина с грибами.....	33
Запеченная осетрина.....	33
Стерлядь с грибами.....	34
Осетр с луком и каперсами.....	35
Стерлядь в шампанском.....	35
Осетрина в вине.....	36
Осетр в кляре.....	36
Карп с сыром и грибами.....	36
Фаршированный карп.....	37
Карп с миндалем.....	37
Карп с лимоном под соусом.....	38
Карп с маслом «метрдотель».....	38
Карп с овощами.....	39
Тушеный карп.....	39
Карп в сале.....	40
Тельное по-русски.....	40
Тельное холодное.....	41
Тельное из судака.....	41
Рыба с картофелем и сметаной.....	42

Рыба с грибами и томатом.....	42
Шашлык из рыбы с яблоками.....	43
Рыба в горшочке.....	44
Фаршированная рыба.....	44
Рыба с орехами и изюмом.....	45
Жареная рыба.....	45
Рыба с сыром и каштанами.....	46
Рыба с яблоками.....	46
Рыба с хреном и сметаной.....	47
Рыба в кляре.....	47
Карп, тушенный в пиве.....	48
Карп на решетке.....	48
Карп с изюмом под соусом.....	49
Карп в вине.....	49
Карп под сладким соусом.....	50
Кефаль с картофелем.....	50
Фаршированный лещ.....	51
Клопс.....	51
Рыбный паприкаш.....	52
Мателот.....	52
Шницель из рыбы.....	53
Цевисы из рыбы.....	53
Рыбные зразы.....	53
Котлеты из осетровых.....	54
Пудинг из рыбы.....	55
Блины с рыбой.....	55
Красная икра.....	56
Черная икра.....	56
Белый соус с вином.....	56
Соус кисло-сладкий.....	57
Соус раковый.....	57
Масло раковое.....	58
Соус паровой.....	58
Соус голландский.....	58
Соус польский.....	58
Соус с каперсами по-английски.....	59
Соус сметанный.....	59
Соус томатный.....	59
Соус белый.....	60
Соус из хрена.....	60

Электронная версия данной книги создана исключительно для ознакомления! Реализация данной электронной книги в любых интернет-магазинах, и на CD (DVD) дисках с целью получения прибыли, незаконна и запрещена! По вопросам приобретения печатной или электронной версии данной книги обращайтесь непосредственно к законным издателям, их представителям, либо в соответствующие организации торговли!

Популярное издание

РЫБНЫЕ ДЕЛИКАТЕСЫ

Подписано в печать 11.09.06.
Формат 84x108¹/₃₂. Бумага газетная.
Гарнитура «Прагматика». Печать офсетная.
Усл. печ. л. 3,36. Уч.-изд. л. 2,91.
Тираж 15 000 экз. Заказ 4253.

Издательство «Цитадель-трейд».
105037, Москва, 1-я Прядильная ул., д. 9.

Отпечатано в ОАО «Тульская типография».
300600, г. Тула, пр. Ленина, 109.

Телефон для оптовых покупателей:
(495) 163-24-74
или e-mail: info@citadele.ru