

Ñêóïáðèÿ, æàðåííàÿ âî ôðèòþðå

Íàìáàí-äçóêý

750 ã ôèëå ñêóïáðèè, 1/2 ñòàéàíà ïøåíè-ííé ìóêè, ií 1/2 ñòðó÷êà ñëàäéíàí ïåðöà èððàñííàí, æåëðíàí è çåëåííàí öâåðà, 1 ìàëåíüêàÿ ëóêîâèöà, 1 ìàëåíüêàÿ ïíðéíàü, 1 ëëñò áåëíèí÷àííé êàïóñòû, 1 íó÷íé çåëåíè ñâëüäåðåÿ, 2-3 ñòðó÷êà ñâåæåâí èëè 1/2 ÷. ëíæèè iíëîòíàí òíäàðàñè, 2/3 ñòàéàíà âïäû, 2/3 ñòàéàíà ðàçáàâèåííàí ÿáëí÷ííàí óéñóñà, 1/2 ñòàéàíà ñíâåâíàí ñíóñà, ðàñòèðåðüíà ìàñëî äëÿ ôðèòþðà.

Ðûáñà õèëå íàðåçàðü íàèñêíñü 1÷åíü ìñòðûì ñíæíi íà äëèííûå ëíñòðèèè ñèðèíé 1 ñì, íââàëÿðü èõ â ìóêå è ààðü iíëåæàðü (íå ñíëèðü è íå ëð÷èðü!).

Íðèäîòíâèòü ìàðèíàä: ñëàäéèé íåðåö è òíäàðàñè 1÷ëñòðèòü ìò ñâìÿí, ñíñëíñíòðü è ìåëéí ìàðåçàðü. Èó è ïíðéíàü 1÷ëñòðèòü, âùìûòðü è èçìåëü÷èðü (ííðéíàü ñíæíi íàðåðåðöû íà èððiiíé òåðéâ). Èàïóñòó è ñâëüäåðåé ìåëéí ìàðåçàðöû. Â êàñòðþþ íàðåðåðöû íà ñâåâûé ñíóñ, íàðåìåðàðü, àíâåñòè àí ëëíåíèÿ è íðîéëíÿðèðü 5-10 ñâéóíà. Íñëå ýòíàí âûëëþ÷èðü íàíñü, ñðàçó iíëåæèðü à ìàðèíàä íàíñü è ààðü ìñòðûòü.

Êóñî÷éè ðûáû ñíóñòðèðü à óíåðåíí íàðåðåðöûé ôðèòþð è ìåëéåíí ñíæàðèðü íà íåâíëüøíi íàíá åí ñâåðëí-çíëíòèñòíàí öâåðà. Íàæàðåííóþ ðûáó âûëíæèðü íà ñèòí ëëè áóíàæíà iíëîòíàíöå, ÷òíàû èçáàâèòüñÿ ìò ëèøíåâí Ðèðà. Íñëå ýòíàí ðûáó åùå ðàç ñíóñòðèðü àí ôðèòþð, ií Óæå ñíðíøí ìàðåðåðöû, è íàæàðèðü àí iíyâëåíèÿ ñðóñòðÿùåé ñâåðëí-êíðè÷íåâíé êíðî÷éè. Áíòíâóþ ðûáó ñíñâà âûëíæèðü íà ñâëôåðöô è áíðÿ÷åé íàðåæèðü à ìàðèíàä.

Ííäàâàðü ðûáó ñíæíi áâòíÿ ñíññâàìè: â íåðâíi ñëó÷àå ðûáó íóæíi ñíëíæèðü áîåñòå ñ ìàðèíàäíi íà iíðöèííûå ðàðåëéè è ñðàçó iíäàðü è ñòíëó, à áí âòíðíi å, íàäí ñíâñòðèðü á áàíéó ëëè ýìàëëðíâàíóþ iíñóäó ñ ìàðèíàäíi è ìñòðàâèðü ìàðèíâàðüñÿ íà 3-4, à ëó÷øå 8-12 ÷àñíâ.

Íðèìå÷àíèå. Òàéèì æå íàðàçíi ñíæíi iíðèäîòíâèòü è äðóäóþ, áîëåå ìåëéóþ ðûáó, iíðè÷åí ñíñâñàí ìåëéèàÿ ðûáà æàðèðñÿ öåëèéíi (å, íóæíi ñíëüêí iíðåäâàðèðåðüíi áûññòðíøèðü).

leit

Ýòà ñòàòüÿ ðàññëíæåíà íà

Fushigi Nippon - Çàääàäí÷íàÿ ßiññèÿ:
<http://leit.ru>

URL ýòíé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=158>