

ОРИГИНАЛЬНЫЕ блюда из КРАСНОЙ РЫБЫ

ПРИЯТНОГО
АППЕТИТА!



- закуски, салаты, первые и вторые блюда
- выпечка из сёмги, форели, горбуши
и многое другое

Книга-подарок для каждой хозяйки!

Галина Алексеевна Серикова
Оригинальные блюда
из красной рыбы
Серия «Кулинарные секреты (Рипол)»

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6666399
Блюда из красной рыбы: РИПОЛ классик; М.: 2014
ISBN 9785386110581

Аннотация

Рыба – источник витаминов, фосфора и жирных кислот. Польза рыбы очевидна – блюда из рыбы присутствуют в кулинарных книгах всех народов мира. Рыбу можно запекать, варить, тушить, жарить. Её подают с овощами, крупами, ягодами и фруктами!

В этой книге вы найдёте не только традиционные рецепты, но и оригинальные рецепты приготовления современных салатов, закусок, супов, а также выпечки.

Приятного аппетита!

Содержание

Введение	6
Закуски	8
Из семги	8
Бутерброды со слабосоленой семгой (вариант 1)	8
Бутерброды со слабосоленой семгой (вариант 2)	9
Бутерброды со слабосоленой семгой (вариант 3)	10
Бутерброды со слабосоленой семгой (вариант 4)	10
Бутерброды со слабосоленой семгой (вариант 5)	11
Бутерброды со слабосоленой семгой (вариант 6)	12
Бутерброды с копченной семгой (вариант 1)	12
Бутерброды с копченной семгой (вариант 2)	13
Бутерброды с копченной семгой (вариант 3)	14
Фаршированные семгой помидоры	14
Фаршированный семгой картофель	15
Рулетики с семгой	16
Рулетики из семги с огурцом	16
Рулет из семги и судака	17

Бутербродный торт с семгой	18
Гречневый блинный торт с семгой	19
Закусочный паштет	20
Закуска из семги	21
Из форели	22
Бутерброды со слабосоленой форелью (вариант 1)	22
Бутерброды со слабосоленой форелью (вариант 2)	22
Бутерброды со слабосоленой форелью (вариант 3)	23
Бутерброды с копченой форелью (вариант 1)	24
Бутерброды с копченой форелью (вариант 2)	24
Бутерброды с копченой форелью (вариант 3)	25
Бутерброды с консервированной форелью (вариант 1)	26
Бутерброды с консервированной форелью (вариант 2)	26
Закуска из форели (вариант 1)	27
Закуска из форели (вариант 2)	27
Закуска из форели (вариант 3)	28
Фаршированные форелью яйца	29
Рулетики с форелью (вариант 1)	30

Рулетики с форелью (вариант 2)	30
Рулет из форели	31
Бутербродный торт с форелью	32
Паштет из форели (вариант 1)	33
Паштет из форели (вариант 2)	33
Хе из форели	34
Тарталетки с форелью	35
Из горбуши	36
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Галина Серикова

Блюда из красной рыбы

Введение

С достаточной долей условности рыбу делят по цвету мяса на белую и красную. К красной относятся семга, горбуша, голец, нерка, форель, кижуч и др. В старину слово «красный» имело значение «красивый, прекрасный» (в смысле качественный), и первоначально так называли рыб семейства осетровых (осетра, севрюгу и др.), несмотря на то что мясо у них белое. Но это так, к слову. Так что же можно приготовить из красной рыбы? Поле деятельности, в том числе и для творчества, тут огромное.

Многие (если не большинство) из нас любят рыбу. Кому может не доставить удовольствие наваристая уха, жареная рыба с золотистой ароматной корочкой?! Вкусна рыба и вареная, и тушеная, и запеченная...

Традиционная и современная кулинария предлагает блюда на любой вкус. Рыба поддается всем возможным способам кулинарной обработки – она хороша и в холодном, и в горячем виде. Трудно назвать гарнир, с которым бы она не сочеталась. А перечислить весь колоссальный ассортимент блюд из красной рыбы просто невозможно. Мы предлагаем лишь

маленькую часть из них, однако надеемся, что они полюбятся хозяйкам, их близким и гостям. Для удобства мы расположили рецепты в том порядке, в котором блюда подаются на стол. А чтобы стоять у плиты было нескучно, фантазируйте, экспериментируйте, создавайте собственные блюда. Одним словом, творите и получайте от этого удовольствие.

Приятного аппетита!

Закуски

Из семги

Бутерброды со слабосоленой семгой (вариант 1)

- 200 г ржаного хлеба
- 250 г филе слабосоленой семги
- 75 г сливочного масла
- 75 г майонеза
- 50 г зеленого лука
- 50 г фисташек
- 10 г горчицы
- 2 яйца

1. Истолочь фисташки.

2. Сварить яйца вкрутую, натереть на терке.

3. Измельчить зеленый лук и семгу, нарезать хлеб ломтиками.

4. Соединить семгу с горчицей и майонезом, а сливочное масло – с луком, перемешать.

5. Нарезать хлеб ломтиками без корочек, смазать сливоч-

ным маслом, посыпать фисташками.

6. Положить на каждый ломтик по столовой ложке рыбной смеси и посыпать яйцами.

Бутерброды со слабосоленой семгой (вариант 2)

- 350 г пшеничного хлеба
- 100 г филе слабосоленой семги
- 80 г маринованных шампиньонов
- 50 г сливочного масла
- 50 г сыра твердых сортов
- 50 г репчатого лука
- Зелень петрушки, молотый красный и черный перец по вкусу

1. Нарезать хлеб и сыр ломтиками, семгу, лук и грибы – небольшими кусочками.

2. Соединить рыбу, грибы и лук, поперчить, перемешать.

3. Смазать хлеб маслом, поверх положить рыбно-грибную смесь, на нее – ломтик сыра и запекать в предварительно разогретой до 150° С духовке 4 мин. При подаче украсить зеленью петрушки.

Бутерброды со слабосоленой семгой (вариант 3)

- 200 г пшеничного хлеба
- 150 г филе слабосоленой семги
- 75 г сливочного масла
- 50 г помидора
- 50 г огурца
- 25 мл оливкового масла
- 5 мл лимонного сока
- Зелень петрушки и листья салата по вкусу

1. Нарезать ломтиками хлеб, семгу, помидор и огурец. Со-единить сливочное масло с оливковым, добавить лимонный сок, перемешать.

2. Смазать хлеб маслом, разложить поверх рыбу, помидор, огурец, украсить листьями салата и зеленью петрушки.

Бутерброды со слабосоленой семгой (вариант 4)

- 300 г отрубного батона
- 150 г филе слабосоленой семги
- 75 г сливочного масла
- 50 г майонеза
- 50 г вареной моркови

- 2 яйца
- Зелень петрушки по вкусу

1. Нарезать батон ломтиками, сваренные вкрутую яйца – кружочками, семгу – длинными брусочками, морковь – кубиками.

2. Смазать ломтики батона сливочным маслом, положить на них яйца, сверху – свернутую колечком семгу, внутрь – по кубику моркови. Украсить бутерброды каплями майонеза и зеленью петрушки.

Бутерброды со слабосоленой семгой (вариант 5)

- 300 г пшеничного хлеба
- 150 г филе слабосоленой семги
- 1 лимон
- 2 яйца
- Зелень петрушки по вкусу

1. Нарезать хлеб и семгу ломтиками, лимон и яйца, предварительно сваренные вкрутую, – кружочками.

2. Смазать ломтики хлеба маслом, сверху положить яйца, рыбу, украсить лимоном и зеленью петрушки.

Бутерброды со слабосоленой семгой (вариант 6)

- 300 г пшеничного батона
- 150 г филе слабосоленой семги
- 100 г огурцов
- 2 яйца
- Зелень петрушки по вкусу

1. Нарезать батон и рыбу ломтиками, сваренные вкрутую яйца и огурцы – кружочками.

2. Приготовить из батона тосты, смазать их маслом, на каждый положить яйца, семгу и огурцы.

3. Украсить бутерброды зеленью петрушки.

Бутерброды с копченой семгой (вариант 1)

- 200 г ржаного хлеба
- 150 г филе копченой семги
- 100 г майонеза
- 100 г помидоров
- Зелень укропа и кинзы по вкусу

1. Нарезать хлеб и рыбу ломтиками, помидоры – кружочками.

2. Измельчить зелень.

3. Смазать хлеб майонезом, сверху положить помидоры и семгу, посыпать зеленью.

Бутерброды с копченой семгой (вариант 2)

- 200 г ржаного хлеба
- 150 г филе копченой семги
- 100 г майонеза
- 100 г сыра твердых сортов
- 100 мл растительного масла
- 20 г чеснока
- 2 яйца
- Зелень петрушки и укропа по вкусу

1. Натереть сыр и яйца, предварительно сваренные вкрутую, перемешать. Измельчить зелень.

2. Нарезать рыбу тонкими ломтиками.

3. Нарезать хлеб ломтиками без корочек, обжарить с обеих сторон в растительном масле.

4. Натереть тосты с одной стороны чесноком, смазать майонезом, посыпать сырно-яичной смесью, сверху положить ломтик рыбы и украсить зеленью.

Бутерброды с копченой семгой (вариант 3)

- 300 г пшеничного хлеба
- 150 г филе копченой семги
- 100 г брынзы
- 75 г сливочного масла

1. Нарезать хлеб и семгу ломтиками, брынзу – небольшими кубиками.

2. Смазать ломтики хлеба сливочным маслом, положить на них рыбу, посыпать брынзой и запекать в духовке, предварительно разогретой до 150° С, 3–4 мин.

Фаршированные семгой помидоры

- 200 г помидоров
- 150 г консервированной семги
- 50 г черешкового сельдерея
- 50 г майонеза
- 5 мл лимонного сока
- Зелень петрушки и молотый черный перец по вкусу

1. Слить жидкость с консервированной семги, размять рыбу вилкой.

2. Измельчить петрушку и сельдерей.

3. Соединить семгу, сельдерей, добавить майонез, лимон-

ный сок, молотый перец и перемешать.

4. Разрезать помидоры пополам, вынуть часть мякоти с семенами, наполнить начинкой и посыпать зеленью петрушки.

Фаршированный семгой картофель

- 500 г молодого картофеля
- 100 г филе слабосоленой семги
- 100 г сметаны
- 40 мл оливкового масла
- 40 г сливочного масла
- 40 г маслин без косточек
- 20 мл лимонного сока
- Зелень укропа, молотый черный перец и соль по вкусу

1. Тщательно вымыть неочищенный картофель, смазать его половиной оливкового масла, посолить и запекать в духовке, предварительно разогретой до 200° С, 1 ч.

2. Растопить сливочное масло, затем смешать его с оставшимся оливковым.

3. Разрезать каждый клубень картофеля на 4 части, частично вынуть мякоть, смазать теплым маслом и поместить в духовку на 10—15 мин, чтобы картофель подрумянился. Измельчить укроп.

4. Нарезать семгу брусочками, сбрызнуть лимонным соком, соединить со сметаной, молотым перцем и измельчен-

ными маслинами.

5. Наполнить картофель рыбной массой и посыпать укропом.

Рулетики с семгой

- 250 г филе слабосоленой семги
- 100 г сыра фета
- 30 г майонеза
- 20 г чеснока
- 1 тонкий лаваш
- Зелень петрушки и кинзы по вкусу

1. Измельчить семгу и зелень.

2. Пропустить чеснок через чеснокодавилку.

3. Соединить сыр, майонез, укроп, кинзу, чеснок и перемешать.

4. Расстелить на столе пищевую пленку, положить на нее лаваш, смазать сырной смесью, поверх равномерно распределить кусочки рыбы, туго свернуть рулетом, завернуть в пленку и убрать в морозилку на 30—45 мин.

5. Нарезать готовый рулет кусочками.

Рулетики из семги с огурцом

- 300 г филе копченой семги
- 100 г мягкого сливочного сыра

- 1 огурец

- Зеленый лук, чеснок, зелень укропа по вкусу

1. Нарезать рыбу тонкими пластинками, огурец – соломкой.

2. Измельчить зелень.

3. Пропустить чеснок через чеснокодавилку.

4. Смазать каждый ломтик семги тонким слоем сыра, смешанным с чесноком и укропом, положить огурец, свернуть рулетиком и перевязать пером зеленого лука.

Рулет из семги и судака

- 300 г филе семги

- 300 г филе судака

- 200 мл сливок 30%-ной жирности

- 100 г майонеза

- 70 г красной икры

- 30 мл коньяка

- 20 мл лимонного сока

● Тертый мускатный орех, молотый черный перец и соль по вкусу

1. По отдельности измельчить в блендере филе семги и судака.

2. Влить по 100 мл сливок в каждое рыбное пюре, поперчить, посолить, добавить мускатный орех, а в филе судака – половину коньяка.

3. Расстелить на столе полиэтиленовый пакет, намазать на него слоем 1–1,5 см филе семги в виде прямоугольника, поверх выложить филе судака в виде цилиндра, в центре сделать углубление, положить в него полоску из красной икры.

4. Соединить филе семги таким образом, чтобы филе судака оказалось в середине.

5. Рулет, упакованный в туго перевязанный нитками пакет, погрузить в кипящую воду и варить на слабом огне 20 мин. Затем слить воду и остудить рулет, оставив его в кастрюле.

6. Приготовить соус из майонеза, оставшегося конь яка и лимонного сока. Перед подачей на стол нарезать рулет ломтиками и полить соусом.

Бутербродный торт с семгой

- 450 г хлеба для тостов
- 200 г острого сыра
- 200 г плавленого сыра
- 200 г сметаны
- 180 г консервированной семги
- 1 лимон
- 2 яйца
- Зеленый лук, паприка и базилик по вкусу

1. Нашинковать зеленый лук, нарезать лимон кружочками, яйца, предварительно сваренные вкрутую, – небольшими

ми кусочками.

2. Натереть острый сыр.

3. Слить жидкость из консервов, размять рыбу, добавить яйца, паприку, острый сыр, перемешать, разделить на 2 части.

4. Выложить ломтики хлеба слоем на блюдо, смазать рыбной массой, повторить действия еще раз. Последний слой должен быть из хлеба.

5. Накрыть торт пищевой пленкой и поместить в холодильник на 6–12 ч, положив сверху небольшой гнет.

6. Соединить плавленый сыр со сметаной, перемешать, смазать верх и бока торта, посыпать зеленым луком, украсить кружочками лимона и листиками базилика.

Гречневый блинный торт с семгой

- 250 г филе слабосоленой семги
- 250 г сметаны
- 100 г мягкого сыра
- 15 мл лимонного сока
- Зеленый лук, укроп, молотый черный перец по вкусу

Для блинчиков:

- 500 мл молока
- 200 г гречневой муки
- 100 г пшеничной муки
- 10 г дрожжей

- 3 яйца
- Соль по вкусу

1. Растворить дрожжи в теплом молоке. Отделить белки от желтков. Соединить оба вида муки, насыпать горкой, сделать углубление, посолить, влить желтки и молоко, перемешать, оставить тесто на 2–3 ч. Взбить белки, добавить в подошедшее тесто, испечь блинчики и остудить.

2. Нарезать семгу тонкими пластинками.

3. Нашинковать лук и укроп, добавить сметану, сыр и лимонный сок, поперчить и перемешать.

4. Смазать один блинчик сырной смесью, накрыть вторым, на него положить рыбу. Повторять так до тех пор, пока не закончатся блинчики.

Закусочный паштет

- 200 г консервированной семги
- 100 г репчатого лука
- 40 мл оливкового масла
- 5 яиц
- Молотый черный перец и соль по вкусу

1. Сварить яйца вкрутую, мелко нарезать.

2. Нашинковать лук, спассеровать в растительном масле.

3. Размять консервированную рыбу, добавить часть яиц и лук, посолить, поперчить, перемешать, переложить на блюдо и посыпать оставшимися яйцами.

Закуска из семги

- 200 г филе копченой семги
- 100 г творога
- 100 мл сливок 30%-ной жирности
- 20 г оливок без косточек
- Зеленый лук по вкусу

1. Взбить творог со сливками. Нашинковать лук, измельчить оливки, соединить их со сливочно-творожной массой, перемешать.

2. Нарезать рыбу тонкими пластинками, свернуть в виде кулечка, наполнить приготовленной начинкой и охладить.

Из форели

Бутерброды со слабосоленой форелью (вариант 1)

- 300 г пшеничного хлеба
- 200 г филе слабосоленой форели
- 100 г майонеза
- 100 г огурцов
- 70 г оливок без косточек
- 2 яйца

1. Нарезать хлеб ломтиками, рыбу – длинными полосками, огурцы и яйца, предварительно сваренные вкрутую, – кружочками.

2. Смазать ломтики хлеба майонезом, в центр положить яйца и огурцы, вокруг разместить форель, придав ей форму кольца.

3. Украсить бутерброды оливками.

Бутерброды со слабосоленой форелью (вариант 2)

- 300 г пшеничного батона

- 150 г филе слабосоленой форели
- 100 г майонеза
- 20 г кетчупа
- 10 мл лимонного сока
- Зелень петрушки по вкусу

1. Нарезать батон ломтиками, подсушить в тостере.

2. Соединить майонез с кетчупом, перемешать.

3. Измельчить петрушку и рыбу.

4. Смазать тосты майонезной смесью, положить форель,

сбрызнуть лимонным соком и посыпать зеленью.

Бутерброды со слабосоленой форелью (вариант 3)

- 300 г пшеничного батона
- 150 г филе слабосоленой форели
- 100 г сливочного масла
- 3 яичных желтка
- Зелень петрушки по вкусу

1. Измельчить желтки и петрушку, нарезать рыбу длинными полосками.

2. Нарезать батон ломтиками и обжарить их в сливочном масле.

3. Положить на гренки рыбу, посыпать желтками и зеленью петрушки.

Бутерброды с копченой форелью (вариант 1)

- 300 г пшеничного хлеба
- 150 г филе копченой форели
- 100 г сливочного масла
- 70 г каперсов
- 50 г черной икры
- Зеленый лук по вкусу

1. Измельчить лук, нарезать форель тонкими пластинками.

2. Нарезать хлеб ломтиками, смазать сливочным маслом, положить сверху рыбу. Украсить бутерброды икрой, каперсами и зеленым луком.

Бутерброды с копченой форелью (вариант 2)

- 300 г пшеничного хлеба
- 150 г филе копченой форели
- 100 г сливочного масла
- 50 г маслин без косточек
- 2 яйца
- Зелень петрушки по вкусу

1. Нарезать хлеб ломтиками и подсушить в тостере.

2. Сварить яйца вкрутую, отдельно измельчить белки и желтки.
3. Нарубить петрушку, нарезать рыбу тонкими полосками.
4. Смазать тосты сливочным маслом, в середину каждого положить форель, с одной стороны от нее – желтки, с другой – белки, посыпать зеленью и украсить маслинами.

Бутерброды с копченой форелью (вариант 3)

- 300 г пшеничного батона
- 150 г филе копченой форели
- 100 г сливочного масла
- 30 г горчицы
- 50 г каперсов
- Зелень петрушки по вкусу

1. Нарезать форель и батон ломтиками, последние подсушить в тостере.
2. Соединить сливочное масло с горчицей, перемешать.
3. Измельчить петрушку и каперсы.
4. Смазать тосты тонким слоем горчичного масла, сверху положить рыбу, украсить решеткой из масляной смеси, посыпать зеленью и каперсами.

Бутерброды с консервированной форелью (вариант 1)

- 300 г пшеничного батона
- 200 г консервированной в масле форели
- 100 г сыра твердых сортов
- 100 г сливочного масла
- 30 г майонеза
- Молотый черный перец по вкусу

1. Нарезать батон тонкими ломтиками.

2. Натереть на терке сыр.

3. Размять рыбу вилкой, соединить с сыром и майонезом, поперчить, взбить.

4. Смазать ломтики батона сливочным маслом и рыбно-сырной массой, положить друг на друга и поместить в холодильник.

5. Когда бутерброды застынут, нарезать их одинаковыми полосками.

Бутерброды с консервированной форелью (вариант 2)

- 300 г пшеничного хлеба
- 150 г консервированной форели
- 100 г картофельного пюре

- 100 г черной (красной, щучьей или другой) икры
- Зеленый лук и молотый черный перец по вкусу

1. Нарезать хлеб ломтиками, смазать их картофельным пюре, поперчить, выложить икру.

2. Нашинковать лук.

3. Разделить рыбу на небольшие кусочки, разложить поверх икры и посыпать бутерброды зеленым луком.

Закуска из форели (вариант 1)

- 300 г филе копченой форели
- 50 г маслин без косточек
- 2 огурца

1. Нарезать огурцы длинными тонкими пластинками, форель – брусочками.

2. Завернуть рыбу в огурцы в виде рулета, нанизать на шпажку и украсить маслиной.

Закуска из форели (вариант 2)

- 500 г молодого картофеля
- 250 г филе копченой форели
- 120 г сыра твердых сортов
- 40 г оливок без косточек
- 40 мл оливкового масла
- 40 г сливочного масла

- 20 мл лимонного сока
- Зелень петрушки, молотый черный перец и соль по вкусу

су

1. Тщательно вымыть неочищенный картофель, смазать его 20 мл оливкового масла, посолить и запекать в духовке, предварительно разогретой до 200° С, 1 ч.

2. Нагреть оставшееся оливковое масло, добавить к нему сливочное.

3. Разрезать клубни картофеля на 4 части, удалить небольшое количество мякоти, смазать теплой масляной смесью и поместить в духовку на 10—15 мин.

4. Натереть на терке сыр, измельчить петрушку.

5. Мелко нарезать форель и оливки, соединить их с сыром, петрушкой, лимонным соком, посолить, поперчить, перемешать.

6. Наполнить картофель рыбной массой.

Закуска из форели (вариант 3)

- 500 г филе форели
- 200 г сливочного масла
- 200 мл молока
- 100 г сыра твердых сортов
- 50 г репчатого лука
- Лавровый лист, горчица, тертый мускатный орех, молотый черный перец и соль по вкусу

1. Натереть сыр на терке.
2. Отварить рыбу с лавровым листом и луком в молоке, откинуть на дуршлаг, остудить и пропустить через мясорубку.
3. Соединить форель с размягченным маслом, горчицей, мускатным орехом, посолить, поперчить, перемешать и выложить на блюдо, придав форму рыбы.

Фаршированные форелью яйца

- 200 г консервированной форели
 - 50 г майонеза
 - 20 г горчицы
 - 5 яиц
 - Зелень петрушки, зеленый лук и молотый черный перец по вкусу
1. Сварить яйца вкрутую, разрезать вдоль пополам, вынуть желтки. Измельчить петрушку, лук и желтки.
 2. Слить жидкость из консервов, размять рыбу, добавить к ней желтки, зеленый лук, черный перец, горчицу и перемешать.
 3. Наполнить рыбной смесью белки, украсить капельками майонеза и посыпать петрушкой.

Рулетики с форелью (вариант 1)

- 300 г филе слабосоленой форели
- 200 г мягкого сыра
- 1 тонкий лаваш
- Зелень укропа и кинзы по вкусу

1. Нарезать рыбу кусочками.

2. Измельчить зелень.

3. Расстелить лаваш на столе, смазать сыром, разложить по нему форель, посыпать зеленью, плотно свернуть рулетом, завернуть в пищевую пленку и убрать в морозилку на 15 мин. Нарезать готовый рулет порционными кусочками.

Рулетики с форелью (вариант 2)

- 300 г филе форели
- 300 г свиного сала
- 3 яйца
- 100 мл растительного масла
- 60 мл сливок 30%-ной жирности
- 50 мл мясного бульона
- 50 г моркови
- 50 г чеснока
- Молотый черный перец и соль по вкусу

1. Пропустить чеснок через чеснокодавилку.

2. Нарезать морковь мелкими кубиками и припустить.

3. Нарезать сало ломтиками, отбить до толщины 5 мм, смазать чесноком, посолить и поперчить.

4. Взбить яйца со сливками, вылить смесь на сковороду с разогретым растительным маслом (20 мл), посыпать морковью, приготовить омлет, остудить и нарезать полосками.

5. Нарезать филе форели ломтиками толщиной 1,5 см, слегка отбить, положить на ломтики сала, сверху – омлет, свернуть рулетиком и обвязать кулинарной нитью.

6. Обжарить рулетики в оставшемся масле, затем влить мясной бульон, тушить до готовности и остудить под небольшим гнетом.

Рулет из форели

- 500 г филе копченой форели
- 250 г мягкого сливочного сыра
- 150 г сладкого перца
- 60 г столового хрена
- Зелень укропа и петрушки по вкусу

1. Нарезать форель тонкими пластинками, сладкий перец – длинными полосками.

2. Измельчить петрушку и укроп, соединить их с сыром и хреном, перемешать.

3. Расстелить на столе пищевую пленку, выложить на нее рыбу так, чтобы кусочки слегка находили друг на друга,

покрыть сырной массой, посередине положить полосу из сладкого перца, плотно свернуть форель рулетом, не убирая пленку, и держать в холодильнике 2 ч.

4. При подаче на стол нарезать рулет кусочками.

Бутербродный торт с форелью

- 500 г филе форели
- 400 г моркови
- 200 г чернослива без косточек
- 200 г сметаны
- 100 г лука-шалота
- 60 мл оливкового масла
- 50 мл воды
- Лавровый лист, молотый черный перец, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу

1. Нарезать рыбу тонкими пластинками, лук-шалот – кольцами, натереть на терке морковь.

2. Измельчить укроп и петрушку.

3. Налить в глубокую форму оливковое масло, выложить в нее продукты слоями в такой последовательности: морковь, сметана, чернослив, рыба, лук, соль, перец. Последний слой должен быть из моркови.

4. Полить все оставшейся сметаной, разведенной водой, положить лавровый лист.

5. Готовить торт в духовке, разогретой до 180° С, на сла-

бом огне примерно 1 ч, затем остудить, перевернуть на блюдо и посыпать зеленью.

Паштет из форели (вариант 1)

- 300 г филе слабосоленой форели
- 200 г мягкого сливочного сыра
- 3-4 яйца
- 200 г майонеза
- Зелень петрушки по вкусу

1. Сварить яйца вкрутую.

2. Пропустить через мясорубку рыбу и яйца, добавить сыр, заправить майонезом и перемешать.

3. Переложить паштет на блюдо и украсить зеленью петрушки.

Паштет из форели (вариант 2)

- 500 г филе копченой форели
- 150 г сметаны
- 50 г репчатого лука
- 70 г панировочных сухарей
- 20 г лимонной цедры
- 2 яйца
- Зелень укропа, молотый черный перец и соль по вкусу

1. Сварить яйца вкрутую, нарезать рыбу и лук ломтиками.

2. Нашинковать укроп.

3. Измельчить в блендере яйца, рыбу, лук, лимонную цедру, добавить панировочные сухари, сметану, укроп, посолить, поперчить и перемешать.

Хе из форели

- 1 кг форели
- 700 г моркови
- 220 мл 9%-ного уксуса
- 50 г репчатого лука
- 40 г сахара
- 25 мл соевого соуса
- 20 мл растительного масла
- 20 г чеснока
- Молотый перец чили, кунжут и соль по вкусу

1. Отделить рыбное филе от костей и кожи, нарезать кусочками длиной 4–5 см и толщиной 5 мм, залить уксусом и мариновать 45 мин, после чего откинуть на дуршлаг.

2. Нарезать морковь тонкой соломкой, лук – кольцами, пропустить чеснок через чеснокодавилку.

3. Посолить морковь и слегка помять ее руками.

4. Обжарить кунжут на сухой сковороде.

5. Приготовить заправку, соединив растительное масло, сахар, перец, лук и чеснок.

6. Выложить рыбу на блюдо горкой, сверху поместить

морковь, полить заправкой и соевым соусом.

Тарталетки с форелью

- 200 г консервированной в масле форели
- 80 г вареных грибов (шампиньонов, белых или других)
- 50 мл сливок 30%-ной жирности
- 20 г лука-шалота
- 5 г крахмала
- 10—12 слоеных тарталеток
- Зелень петрушки по вкусу

1. Нашинковать лук и грибы.

2. Слить масло из консервов, спассеровать в нем лук и грибы, добавить сливки, довести до кипения, всыпать крахмал и перемешать.

3. Положить в грибной соус рыбу, разделенную на кусочки, и прогреть. Наполнить тарталетки начинкой и украсить листиками петрушки.

Из горбуши

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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