

ещё вкуснее и проще

60

страниц лучших рецептов



глиняные горшочки
блюда из рыбы и морепродуктов

Еще вкуснее и проще

Глиняные горшочки. Блюда из рыбы и морепродуктов

«РИПОЛ Классик»

2014

Глиняные горшочки. Блюда из рыбы и морепродуктов / «РИПОЛ Классик», 2014 — (Еще вкуснее и проще)

В глиняных горшочках все блюда получаются невероятно вкусными, особенно рыба и морепродукты. Их можно готовить с разными приправами, овощами и подавать в качестве основного блюда. С помощью этой книги процесс приготовления станет проще, а блюда еще вкуснее!

, 2014

© РИПОЛ Классик, 2014

Содержание

Уха и рыбные супы	5
Уха из речной рыбы	5
Уха из конгрио	6
Уха из стерляди с белыми грибами	7
Уха из судака с пшенной крупой	8
Суп из горбуши с креветками и оливками	9
Суп из морской рыбы с луком-шалотом и сельдереем	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Глиняные горшочки. Блюда из рыбы и морепродуктов

Составитель Сергей Павлович Кашин

Уха и рыбные супы

Уха из речной рыбы

Ингредиенты: 1 кг мелкой речной рыбы (любой), 4 картофелины, 2 помидора, 3 морковки, 2 луковицы, 1 пучок укропа и петрушки, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления: Рыбу промыть, выпотрошить, очистить. Картофель очистить, вымыть, нарезать кубиками. Помидоры вымыть, нарезать дольками. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить. Морковь вымыть, очистить, крупно нарезать. Лук очистить, вымыть. Рыбу залить кипящей водой (3 л), варить в течение 10 минут, периодически снимая пену. Добавить морковь и лук, варить еще 5 минут, положить перец, соль, лавровый лист, варить до готовности. Рыбу вынуть, бульон процедить, разлить по горшочкам, положить в каждый картофель и помидоры.

Довести до готовности в предварительно разогретой духовке, при подаче к столу посыпать зеленью укропа и петрушки.

Уха из конгрио

Ингредиенты: 1 кг конгрио, 500 г картофеля (мелкого, молодого), 2 морковки, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1 пучок укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления: Рыбу промыть, крупно нарезать. Картофель тщательно вымыть с помощью щетки.

Морковь и корень петрушки вымыть, очистить, крупно нарезать.

Лук очистить, вымыть. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Рыбу залить кипящей водой (2 л), варить в течение 10 минут, периодически снимая пену. Добавить морковь, корень петрушки и лук, варить еще 5 минут, положить перец, соль, лавровый лист, варить до готовности.

Рыбу вынуть, отделить мясо от костей. Бульон процедить, перелить в горшочек, добавить картофель и варить до готовности.

Положить в уху филе конгрио и зелень, разлить по тарелкам и подать к столу.

Уха из стерляди с белыми грибами

Ингредиенты: 400 г стерляди, 4 картофелины, 150 г белых грибов, 1 морковка, 1 корень петрушки, 1 луковица, 20 г сливочного масла, ½ пучка укропа и петрушки, лавровый лист, соль.

Способ приготовления: Грибы промыть, нарезать ломтиками. Морковь и корень петрушки вымыть, очистить, крупно нарезать. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить в сливочном масле. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить.

Подготовленную рыбу промыть, залить кипящей водой (1 ½ л), добавить морковь, корень петрушки и лук, варить в течение 10 минут, периодически снимая пену. Добавить укроп и лавровый лист, варить еще 5 минут, посолить, варить до готовности. Рыбу вынуть, отделить мясо от костей. Бульон процедить, разлить по порционным горшочкам, положить в каждый предварительно подготовленный картофель и грибы, варить до готовности. При подаче к столу положить в каждый горшочек рыбное филе и посыпать петрушкой.

Уха из судака с пшенной крупой

Ингредиенты: 1 кг судака, 4 картофелины, 2 морковки, 1 луковица, 70 г пшенной крупы, 1 пучок укропа и петрушки, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления: Рыбу промыть, выпотрошить, очистить. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить. Картофель очистить, вымыть, нарезать соломкой. Пшенную крупу промыть. Морковь вымыть, очистить, крупно нарезать. Лук очистить, вымыть. Рыбу залить кипящей водой (2 л), варить в течение 10 минут, периодически снимая пену. Добавить морковь и лук, варить еще 5 минут, положить перец, соль, лавровый лист, варить до готовности. Рыбу вынуть, вынуть кости, бульон процедить, разлить по горшочкам, положить в каждый картофель и крупу, варить до готовности. Затем положить в горшочки филе судака, посыпать зеленью и подать к столу.

Суп из горбуши с креветками и оливками

Ингредиенты: 500 г горбуши, 2 картофелины, 2 помидора, 150 г креветок (очищенных), 1 луковица, 1 пучок петрушки, 50 г оливок (без косточек), перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Картофель очистить, вымыть, нарезать соломкой. Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу и нарезать полукружиями. Зелень петрушки вымыть, нарубить.

Горбушу промыть, залить кипящей водой (1 ½ л), варить в течение 15 минут, периодически снимая пену. Добавить лук, варить еще 5 минут, положить перец, соль, варить до готовности.

Рыбу вынуть, вынуть кости, бульон процедить, разлить по горшочкам, положить картофель, варить 10 минут. Затем положить креветки и помидоры, варить 3 минуты. Положить в каждый горшочек филе горбуши и нарезанные колечками оливки, посыпать зеленью и подать к столу.

Суп из морской рыбы с луком-шалотом и сельдереем

Ингредиенты: 500 г филе морской рыбы (любой), 2 картофелины, 3 стебля сельдерея, 1 морковка, 100 г лука-шалота, 1 корень петрушки, 1 пучок петрушки, перец, соль.

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.