

detkityumen.ru

Жарим рыбку на сковороде



Где готовим?

Плита

Ингредиенты:

подходящая рыбка, соль, перец, мука, подсолнечное масло.

Приготовление:

Не важно, откуда вы обычно берете рыбку: ловите самостоятельно или приносите с рынка. Практически любая рыба получается вкусной, если ее пожарить. Но жарить рыбку нужно уметь. После того, как вы выбрали подходящую рыбку, ее следует почистить и выпотрошить. Это не сложно, но требует осторожности, если плавники рыбы колючие. Также будьте аккуратны, вытаскивая внутренности, чтобы не повредить желчный пузырь. Иначе мясо рыбы станет горьким. Голова рыбы для жарки не нужна, поэтому ее обычно отрезают и используют для варки рыбного бульона. А остальная тушка промывается и посыпается солью хотя бы за десять минут до жарки, чтобы мясо рыбы впитало соль. Впрочем, это не критично, и посолить рыбку можно в процессе обваливания в муке.

Жарить рыбку всегда лучше в панировке из муки, иначе хрустящей поджаристой корочки не получится, а рыбка прилипнет к сковороде намертво, сколько бы масла вы ни налили. В большую миску насыпается мука, и куски рыбки обваливаются в ней со всех сторон. Некоторые хитроумные хозяйки насыпают муку в полиэтиленовый пакет, и по одному опускают туда кусочки рыбки. Так и рыбка будет запанирована в муке, и кухня останется чистой. Куски рыбки должны быть не слишком толстые, иначе рыбка в середине не прожарится, а снаружи подгорит. Мелкую рыбешку резать не нужно – ее жарят целиком. Панировать можно и по-другому: сначала окунуть кусок рыбки в яичную смесь (взбитое яйцо и пара ложек молока), и лишь затем обваливать его в муке.

Обваливанные куски рыбки кладут в разогревнутую сковороду, в которой налито желательно рафинированное растительное масло. Жалеть масла не нужно: лучше всего, если рыбка будет погружена в него до половины. Масло можно смешать со сливочным или топленым. Главное – хорошо разогреть масло, тогда рыбка как-бы

«запечатается» поджаренной корочкой и не будет впитывать излишний жир. Жарить следует минут 5-7 с каждой стороны. Очень важно не тревожить рыбу, пока у нее снизу не образуется прочная поджаристая корочка, иначе кусок просто потеряет форму. Накрывать сковороду крышкой не следует, ведь наша цель – жареная, а не тушеная рыба. Подают рыбу к столу с пылу, с жару, иначе она остынет, пропитается жиром и станет совсем не такой вкусной. Гарниром к жареной рыбе может служить и обычное картофельное пюре, и паста, и просто пара долек лимона.

Взято с сайта едим дома.

30.01.2016

[ymain](#)

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/recipe/369/