

Rybí dobroty



Marinovaný pstruh s koproým dipem

Suroviny:

pstruží filety, cukr, sůl, pepř, med, hrubá hořčice, dijonská hořčice, kopr, majonéza

Postup:

Pstruží filety zasypeme solí smíchanou s cukrem v poměru 1:1 a necháme zakryté v lednici marinovat 12 hodin. Poté omyjeme, krájíme na tenké plátky a podáváme s pečivem a koproým dipem.

Koproým dip:

Nasekáme čerstvý kopr na jemno a smícháme ho s medem, hrubou a dijonskou hořčicí, přidáme majonézu a podle potřeby sůl, pepř a červený vinný ocet.



Salát z marinovaného pstruha

Suroviny:

pstruží filety, citronová šťáva, sůl, olivový olej, chilli, jablka, listové saláty, rajčata, avokádo

Postup:

Pstruží filety nakrájíme na 1 cm plátky, zalijeme je citronovou šťávou a necháme v lednici 2 - 12 hodin marinovat. Poté necháme okapat a přidáme do salátu připraveného ze všech ostatních ingrediencí. Podle potřeby osolíme a osladíme



Pstruží filet dušený na másle a bílém víně

Suroviny:

pstruží filety, máslo, víno, sůl popř. pažitka

Postup:

Pstruží filety vložíme na pánev s rozehřátým máslem kůží dolů a krátce opékáme. Filet neotáčíme. Když začne máslo hnědnout, filety osolíme, mírně podlijeme bílým vínem, prohřejeme a vzniklou směsí másla a vína filet přeléváme, dokud se filet tepelně nezpracuje. Ihned podáváme.



Rybí dobroty

za tepla i za studena



Pstruží fileť s máslovou krustou

Suroviny:

pstruží filety, olej, máslo, petrželová nať, světlé pečivo nebo strouhanka, česnek

Postup:

Filety mírně osolíme, položíme je do vymaštěného pekáčku kůží dolů a pokryjeme cca půlcentimetrovou vrstvou krusty vyrobené z povoleného másla, drceného česneku, nasekané petrželky a strouhanky. Zprudka zapečeme v rozpálené troubě a ihned podáváme.

Tatarák z kapra

Suroviny:

fileť z kapra, hořčice, cibule nebo šalotka, kapary, citrony, olivový olej nebo majonéza, uzená paprika nebo uzené tabasco

Postup:

Vykostěný fileť překrájíme na tenké plátky tak, abychom překrájeli i kůstky ve hřbetní části a pak vše nasekáme na jemno. Smícháme s jemně krájenou cibulí, sekanými kapary a ostatními surovinami. Necháme v lednici 1 - 2 hodiny uležet. Podáváme s toustý nebo topinkami.



Carpaccio z kapra

Suroviny:

fileť z kapra, sůl, pepř, olivový olej, strouhaný parmazán, citronová šťáva

Postup:

Kapří fileť zbavíme tučných částí (břišní části a tmavého masa) zabalíme jako roládu a zabalené ve fólii necháme cca půl hodiny ztuhnout v mrazáku. Poté krájíme na velmi tenké plátky které rozložíme v tenké vrstvě na talíř a dochutíme ostatními surovinami. Podáváme s rozpečeným pečivem.

Rybí dobroty

za tepla i za studena



Kapří škvarky

Suroviny:

filet z kapra (břišní tučná část), škrob nebo mouka, koření, olej na smažení

Postup:

Maso zbavené kostí nakrájíme na cca 1x1x3 cm hranolky, obalíme je ve směsi mouky a koření a necháme pár minut mouku zvlhnout. Poté smažíme dozlatova v rozpáleném oleji. Hotové přemístíme na savý papír a po okapaní podáváme teplé.

Kde koupit ryby v Pošumaví

Zpracovna ryb Klatovy - www.zpracovnarybklatovy.cz

Sádky Soběkury - www.sadkysobekury.cz

