

тактный Mercury 3.3 или Tohatsu 3.5, ведь их вес – всего 13 кг. При возможности добраться до озера на автомобиле лодка ростом в 3.4 м и с 8 «лошадками» на транце будет максимальным выбором для решения самых сложных лососевых «ребусов». На таких рыбалках есть золотое правило – чем меньше и легче, тем лучше.

Конечно, рыбная ловля в горах –

штука на любителя. Не всякий захочет тащить все пожитки на горбу на озеро, а потом еще и возвращаться со всем тем же весом обратно. Такой вид времяпрепровождения намного отличается от вольготной рыбной ловли на комфортабельном катере со всеми удобствами. Несмотря на это, горная рыбалка пользуется устойчивой популярностью на всем западе США и Канады. Во-первых, при ми-

нимальных затратах ты получаешь вполне полноценные трофеи и добрую порцию рыбацких ощущений. Ну а главное – наслаждение рыбной ловлей заключается не только в результативности улова, но и в общении с природой, а порою и в совладании с самим собой. Кто-то за такими жизненными нюансами едет на Аляску или Камчатку, ну а мы всегда отправляемся в горы! ✖

Новый год рыбой не испортишь!



О том, как ловится рыба, мы сообщаем практически в каждом номере «Кия». А вот о том, что из нее можно приготовить, не писали давненько и решили восполнить пробел. Тем более что сейчас – самое время.

Новогодние праздники располагают к душевным застольям, а под холодную стопочку так хороша горячая соляночка!

Наш новогодний мастер-класс проведет **Оксана Путан**, профессиональный повар, блоггер, известный под ником Ксю Путан, ведущая кулинарной студии и сайта русской кухни ru-kitchen.ru, над которым они работают вместе с фотографом Юлией Лисняк.

Оксана много лет работала на Сахалине, любит рыбу и знает, как ее правильно и вкусно приготовить. Итак, рулет из форели, треска в сметане, солянка и рыбный пирог – проверенные рецепты от профессионала. Следуйте инструкциям, и все у вас получится!

Фаршированная форель

Это блюдо потребует некоторых навыков разделки рыбы. Но у наших-то читателей с этим нет проблем, правда? А тем, кто привык покупать разделанную форель в приграничном магазине Disas Fish, в помощь подробные рекомендации автора рецептов.

Потребуется: 1 целая форель весом до 1 кг, 1 чайная ложка соли, 6 яиц, 50–80 г твердого сыра, 3 столовых ложки растительного масла.

Форель хорошо очистите в проточной воде. Первым делом удалите жабры. Затем аккуратно разрежьте брюшко рыбы. Не погружайте нож глубоко, чтобы не повредить желчный пузырь. Удалите все внутренности. Затем с помощью ножниц обрежьте все плавники. Хорошо промойте рыбу. Переложите ее спинкой

вниз. Очень осторожно тонким ножом отделите сначала тонкие кости брюшины. Затем так же, ведя ножом по кости, отделите весь хребет. Ножницами обрежьте хребтовую кость у головы и хвоста. Удалите хребет с брюшными костями полностью. Проверьте, не осталось ли еще костей в мякоти рыбы, и, если они есть, удалите пинцетом. У вас получится целая рыба, с мякотью на коже, с головой и хвостом.

Приготовьте начинку для фарширования. Яйца выбейте в миску, добавьте половину чайной ложки соли и хорошо размешайте вилкой. Разогрейте большую сковороду с 2 столовыми ложками растительного масла. Вылейте на сковороду яичную смесь. Накройте крышкой и готовьте 4–5 минут. Затем снимите омлет с плиты и дайте ему немного остыть.

Натрите сыр на терке. Противень застелите пергаментной бумагой и смажьте растительным маслом. Подготовленную рыбу разложите шкурой вниз. Посолите ее изнутри половиной чайной ложки соли. Выложите на рыбу готовый омлет. Посыпьте омлет сыром и аккуратно сверните его в рулет. Закройте рулет, сложив рыбу и соединив вместе или чуть внахлест края брюшка. Переверните рыбу брюшком вниз на противень.

Поставьте противень с рыбой в предварительно нагретую до 180 градусов духовку. Запекайте 40–45 минут. Готовую рыбу остудите. Затем плотно оберните фольгой и уберите в холодильник на ночь.

На следующий день снимите фольгу. Порежьте рыбу порционными кусками. Подавайте в качестве холодной закуски.





Треска в сметанном соусе

На 2 порции потребуется: 600 г филе трески, 1 морковь, 1 луковица, 6 столовых ложек растительного масла, 100 мл воды, 150 г сметаны (20%), 2 столовых ложки муки, 1/2 чайной ложки соли.

Филе трески разрежьте на 6–8 примерно одинаковых кусочков. В небольшую миску насыпьте муку и смешайте ее с солью. Поставьте на огонь сковороду с маслом. Каждый кусочек рыбы аккуратно со всех сторон запанируйте в муке. Переложите в сковороду с нагретым маслом. Обжаривайте 5 минут с каждой

стороны. Затем достаньте рыбу шумовкой и переложите в отдельную тарелку.

Измельчите морковь на терке, лук порежьте мелким кубиком. Переложите овощи в сковороду с маслом, в котором обжаривали рыбу. Пассеруйте овощи 5–8 минут, периодически помешивая. Затем добавьте сметану. Влейте немного воды. Хорошо размешайте и доведите соус до кипения. Сразу же добавьте в сковороду с соусом кусочки жареной рыбы. Немного утопите их в соусе и прогрейте 1–2 минуты. Снимите сковороду с огня и накройте крышкой. Подавайте через 10–15 минут.

Солянка рыбная

На 4 порции потребуется: 150 г копченой рыбы, 150 г слабосоленой рыбы, 150 г свежей рыбы (филе), 2 столовые ложки каперсов, 1 луковица, 3 столовых ложки растительного масла, 2 столовых ложки томатной пасты, 1 чайная ложка соли, 2–3 лавровых листа (не обязательно).

Для подачи: 4 ломтика лимона, 4 столовых ложки сметаны, 8 маслин, зелень укропа.

Это современный вариант старинного русского супа, неизменно вкусного. Готовится он очень быстро, но результат и вкус поистине царские. Обязательное условие – в этом супе необходимо смешать свежую, соленую и копченую рыбу. Например, копченый палтус, слабосоленую семгу и свежую треску. Впрочем, рыба может быть любая.

Порежьте все три вида рыбы небольшими кусочками. Налейте в кастрюлю один литр воды и поставьте на плиту. Отдельно мелким кубиком порежьте очищенную репчатую луковицу. Переложите лук в небольшую сковороду, добавьте масло и обжаривайте на среднем огне, помешивая лопаткой, в течение 10 минут. Затем добавьте к луку томатную пасту, хорошо размешайте и обжаривайте еще одну минуту. Снимите сковороду с плиты.

Как только вода в кастрюле закипит, опустите в нее кусочки рыбы. Посолите, сразу же опустите в суп лук с томатом. Добавьте две столовые ложки каперсов. Дайте супу повторно закипеть и варите ровно 5 минут. Затем снимите кастрюлю с плиты, опустите в суп лавровый лист. Накройте крышкой и оставьте на 10–15 минут.

При подаче в каждую тарелку поверх супа положите тонкий ломтик лимона, две маслины и ложку сметаны. Посыпьте мелко нарезанным укропом.



Заливной пирог с рыбой

Перед этим пирогом не устоит никто, даже когда кажется, что рыбы уже достаточно. При этом он донельзя простой в изготовлении. Судите сами.

Потребуется на тесто: 1 стакан муки, 1 стакан сметаны (или кефира, йогурта, простокваши), 2 сырых яйца, 4 столовых ложки растительного масла, 1/2 чайной ложки соли, чайную ложку пекарского порошка (или 1/2 чайной ложки соды).

Для начинки: 150 г свежей рыбы (любой, по желанию, здесь использовалась семга), 100–150 г сыра (российский, пошехонский, голландский, любой твердый на ваш вкус) и несколько перьев зеленого лука.

Вылейте в миску сметану или кефир, добавьте яйца, растительное масло, соль. Все хорошо размешайте венчиком. Добавьте муку, в муку соду или пекарский порошок. Быстро венчиком вымешайте тесто. Оно получается, как на оладьи. И, как на оладьи, вымешайте его только раз и отставьте в сторону минут на 20.

Сразу же включите духовку на 180–200 градусов.

Рыбу нарежьте тонкими пластинками (филе), мелко лук, сыр натрите на терке.



Форму (небольшую, примерно 20–24 см в диаметре) смажьте сливочным маслом. Выливайте на дно половину теста. Поверх сначала разложите ровным слоем рыбу, посыпьте луком и сверху тертым сыром. Верх залейте оставшимся тестом. Аккуратно разровняйте его ложой. Сразу же ставьте пирог в духовку и печите 20–25 минут. В среднем продолжительность жизни такого пирога от 2 до 5 минут. Потом и крошек не остается. Проверено.