



«Рыба фиш — блюдо праздничное» О ФАРШИРОВАННОЙ ЩУКЕ

Шеф-повар ресторана Vasilav Владимир Назмутдинов

— Выбирая щуку для фаршировки, на что стоит обращать внимание?

— Во-первых, рыбу лучше брать охлажденную — с побывавшей в заморозке непросто будет снять кожу. А это едва ли не главное. Ведь, в идеале, ее нужно стянуть с тушки целиком, без разрывов. Главный показатель свежести и здоровья рыбы — жабры: они должны быть розовыми. А вот окрас кожи не принципиален — серо-зеленоватый, серо-бурый, с пятнами или полосками, более темный или светлый, — он у нее меняется в зависимости от условий обитания. Желательно, чтобы вес не превышал полутора килограммов — чем крупнее щука, тем она старше и тем жестче у нее будет мясо.

— Как правильно разделать щуку?

— Прежде всего, нужно отрезать голову и осторожно удалить чешую и жабры, затем обдать кипятком. Это позволит снять кожу чулком. Плавники в процессе нужно осторожно подрезать. Но можно поступить проще: вскрыть брюхо и вынуть скелет. Голова не отрезается. В этом случае перед отправкой в печь нафаршированную щуку нужно будет зашить.

— Как готовится фарш?

— Мясо щуки пропускается через мясорубку. Затем взбивается в блендере с белым хлебом, предварительно замоченным в молоке или

сливках. Добавляются пассированные морковь и лук. Мясо у щуки жестковатое, зато содержит всего 2–3% жира и считается диетическим продуктом. Его лучше сочетать с мясом судака, семги или даже с куриным филе. Чтобы на срезе кусочки выглядели эстетично, внутрь рыбы мы закладываем ролл.

— Как его приготовить?

— Рис промываем в холодной воде до тех пор, пока она не останется прозрачной. Затем выкладываем его на сито и оставляем на час. Варится рис в глубокой кастрюле. Воды должно быть на 1/5 больше, чем риса. Доводим до кипения, а затем доводим до готовности на небольшом огне в течение 10–15 минут. Снятому с огня рису даем постоять под крышкой еще минут десять. Затем при помощи добавок можно окрасить его в разные цвета. Шафран дает желтый цвет, шпинат — зеленый, паприка — красный, свекольный сок — бордовый. Чередуя слои, формируете будущий рисунок на срезе, заворачиваете рис в лист нории. Полученный ролл размещаете в середине по всей длине рыбы. Оставшееся место по спинке и брюшине заполняете фаршем. Можно вместо ролла положить консервированные маслины, оливки, кукурузу или горох. Старайтесь не набивать рыбу очень плотно, во время запекания кожа может лопнуть и сок из нее выте-

чет. Влажными руками формируем рыбу на блюде и — в печь.

— Печь должна быть предварительно разогретой?

— Непременно, причем до 220 градусов. При такой температуре мы запекаем ее в течение 10–15 минут. Затем продолжаем готовить минут двадцать при температуре 90–100 градусов. Блюдо готово, вынимаем, охлаждаем, режем. Причем охлаждать лучше естественным путем. Стремительно остывшая в холодильнике фаршированная щука становится рыхлой. Оформляем сеткой из подкрашенного майонеза или сливочного масла, петрушкой, помня о том, что фаршированная рыба, или рыба фиш, — блюдо роскошное, праздничное. Кстати, таким способом можно фаршировать любую крупную рыбу — карпа, судака, сома.

— С чем лучше подавать?

— С любимым соусом, который подходит к рыбе. Например, соус тартар. На крупной терке трем отваренное яйцо, добавляем майонез, сливки, корнишоны, нарезанные мелкими кубиками, перемешиваем, приправляем зеленью — лучше укропом. Можно пропустить яйцо через блендер, но я предпочитаю пользоваться теркой. Вкус получается более яркий.

Беседовала Наталья Михайлова