

5 рецептов шашлыка из рыбы



На пикниках наших соотечественников доминируют шашлыки из самых разнообразных видов мяса, в то время как шашлык из рыбы готовят сравнительно редко. А зря: правильно приготовленный рыбный шашлык не уступит мясному ни во вкусовых качествах, ни в аппетитности, зато превзойдет его в простоте приготовления. Да и организмом он усваивается гораздо легче!

1. Шашлык из форели

Форель – невероятно вкусная, роскошная рыба, и потому шашлык из форели за столом будет воспринят с большим энтузиазмом. Готовить шашлык из форели очень легко, блюдо получается очень нежным и сочным, так как форель довольно жирная рыба.

Потребуется:

1. Форель – 2 кг,
2. Лук репчатый – 2 шт.,
3. Лимон – 1 шт.,
4. Майонез – 1 ст. ложка,
5. Соль, перец, специи – по вкусу.

Приготовление:

1. Выпотрошенную форель хорошенько промываем, просушиваем бумажной салфеткой и нарезаем на стейки толщиной примерно 2 см.
2. Маринуем: в глубокую посуду укладываем рыбу и мелко нарезанный лук, сбрызгиваем соком лимона, добавляем специи и немного майонеза (опционально). Оставляем мариноваться на пару часов.
3. Замаринованные кусочки форели кладем на решетку и обжариваем над углями до готовности (в зависимости от температуры над углями, от 7 до 15 минут).

2. Шашлык из карпа.

Шашлык из карпа – отличный вариант. Рыба получается очень пикантной, покрывается хрустящей корочкой, а внутри остается очень сочной и нежной.

Потребуется:

1. Карп – 2 кг,
2. Масло растительное – 50 мл,
3. Соевый соус – 50 мл,
4. Лимон – 1 шт.,
5. Чеснок – 3-4 зубчика,
6. Соль, перец, зелень – по вкусу.

Приготовление:

1. Для начала тушку рыбы нужно почистить, выпотрошить, промыть и обсушить.
2. После этого удаляем голову, хвост и плавники, нарезаем карпа на крупные куски.
3. Кладем куски в кастрюлю и заливаем маринадом из смеси растительного масла, лимонного сока, измельченного чеснока и специй.
4. Маринуем пару часов, после чего нанизываем куски рыбы на шампуры (либо, альтернативный вариант, укладываем их на решетку) и запекаем до готовности на углях.

3. Шашлык из щуки.

Еще один замечательный шашлык можно приготовить из такой рыбы, как щука. Если сделать все в точности по рецепту, шашлык из щуки получится удивительно нежным и сочным. Чем свежее рыбка, тем вкуснее будет шашлык!

Потребуется:

1. Щука (крупная) – 1 шт.,
2. Сливочное масло – 50 грамм,
3. Соль, перец – по вкусу.

Приготовление:

1. Потрошим и разделяем щуку, отрезаем голову и плавники.
2. Разрезаем щуку вдоль на две части, аккуратно извлекаем хребет, срезаем шкурку.
3. Таким образом, у нас останется филе, которое нужно будет нарезать на крупные куски, посолить и поперчить.
4. Оставляем щуку мариноваться буквально 20-30 минут, после чего нанизываем и поливаем сверху растопленным сливочным маслом.
5. Жарим шашлык из щуки традиционным способом — над углями. Время приготовления сильно зависит от температуры над углями и от величины кусков, потому следите внимательно, чтобы не пересушить.

4. Шашлык из судака

Судак особенно хорошо подходит для шашлыка – его мясо довольно жирное, поэтому при приготовлении на углях не становится слишком сухим и невкусным.

Потребуется:

1. Судак – 2 кг,
2. Вино белое сухое – 500 мл,
3. Лимон – 1 шт.,
4. Масло оливковое – 50 мл,
5. Сахар – 2 ч. ложки,
6. Семена горчицы – 3 ч. ложки,
7. Соль, перец – по вкусу.

Приготовление:

1. Тушку судака выпотрошить, очистить от всего ненужного, отрезать голову и хвост, промыть.
2. Нарезаем рыбу на довольно крупные куски (можно на филейные, можно жарить прямо с костями).
3. Кладем куски рыбы в миску и заливаем смесью белого вина, лимонного сока, масла, сахара, соли, перца и семян горчицы.
4. Выдерживаем рыбу в маринаде 1-2 часа, после чего нанизываем на шампуры и готовим над горячими углями.

5. Шашлык из горбуши.

Шашлык из горбуши получается менее сочным и жирным, нежели из других видов рыбы, потому он особенно хорош для тех, кто соблюдает диетическое питание, но отказаться от соблазна отведать шашлыка не может.

Потребуется:

1. Горбуша – 1 шт.,
2. Лук репчатый – 2 шт.,
3. Масло растительное – 2 ст. ложки,
4. Горчица – 2 ст. ложки,
5. Соль, перец – по вкусу.

Приготовление:

1. Горбушу выпотрошить, отрезать голову, хорошенько промыть. Затем удобным способом отделяем филе от костей и кожи (например, делаем продольный надрез и извлекаем хребет).
2. Нарезаем филе на небольшие кусочки – из горбуши весом 2 кг получается примерно 50-60 кусочков.
3. Кусочки горбуши кладем в миску, туда же добавляем крупно нарезанный лук, соль, перец и горчицу. Сбрызгиваем растительным маслом, перемешиваем и маринуем 1-2 часа.
4. Затем нанизываем кусочки рыбы вместе с кусочками лука на шампуры и готовим над горячими углями. Сколько по времени готовить зависит от того, насколько горячие угли. В среднем, шашлык из горбуши жарится 15-20 минут.