

Rybí recepty

901 receptů



Kapr

242 x



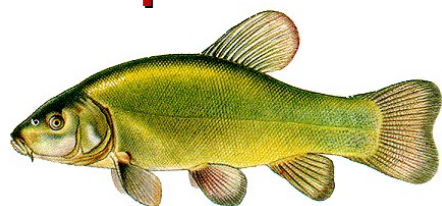
Štika

70 x



Pstruh

87 x



Lín

41 x



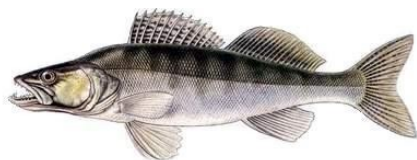
Sumec

36 x



Úhoř

40 x



Candát

54 x



Okoun

28 x



Tolstolobik

22 x



Cejn

31 x

POLÉVKY

63 x

OSTATNÍ

144 x

SALÁTY

A

POMAZÁNKY

43 x

KAPR

1. Dušený kapr s karotkou	str. 8	31. Kapr s okurkovou omáčkou	str. 14
2. Kapr na žampionech s ořechy	str. 8	32. Zapečený kapr se smetanou a koprem	str. 14
3. Kapr na česneku a feferonkách	str. 8	33. Kapr se žampiony	str. 14
4. Kapr po Alsasku	str. 8	34. Kapří závitky v rosolu	str. 14
5. Kapr načerno	str. 9	35. Rybí paštika	str. 15
6. Kapr na smetaně	str. 9	36. Kapr po čínsku	str. 15
7. Marinovaný kapr	str. 9	37. Interkapr	str. 15
8. Kapr v biskupské omáčce	str. 9	38. Kapr lužnický	str. 15
9. Vařený kapr	str. 9	39. Zapékaný kapr se sýrem	str. 15
10. Grilovaný kapr s plísňovým sýrem	str. 10	40. Štědrovečerní nadívaný kapr	str. 16
11. Kapr na pórku	str. 10	41. Kapr ve víně	str. 16
12. Vařený kapr se zeleninou	str. 10	42. Kapří huspenina	str. 16
13. Kapr zapečený s houbami	str. 10	43. Topinky Bezdrev	str. 16
14. Kapr se žampionovou nádivkou	str. 10	44. Kapr v županu	str. 16
15. Rýnské kapří krocketky	str. 11	45. Kapr smažený se sýrem	str. 16
16. Specialita hotelu Royal	str. 11	46. Kapr v mandlích	str. 17
17. Kapr po Lipensku	str. 11	47. Kapr namodro	str. 17
18. Kapr po Děčínsku	str. 11	48. Kapr vařený v pivě	str. 17
19. Kapr po Plzeňsku	str. 11	49. Kapr po staročesku	str. 17
20. Grilovaný dietní kapr	str. 12	50. Kapr podle prababičky	str. 17
21. Kapr v alobalu	str. 12	51. Bratislavský kapr se šunkou	str. 18
22. Kapr dušený po italsku	str. 12	52. Radenínský vánoční kapr	str. 18
23. Kapr v červeném víně	str. 12	53. "Orientální" kapr z Třebíče	str. 18
24. Kapr po námořnicku	str. 12	54. Pečenáče z Heraltic	str. 18
25. Kapr na budínský způsob	str. 13	55. Kapří karbanátky z Podunají	str. 18
26. Kapr pečený na houbách	str. 13	56. Strážnický kapr v jenském skle	str. 18
27. Kapr pečený se zeleninou	str. 13	57. Kapr s houbami	str. 19
28. Dušený kapr se žampiony	str. 13	58. Pikantní kapr se žampiony	str. 19
29. Kapr se žampiony v alobalu	str. 13	59. Kapr s houbami po Maďarsku	str. 19
30. Zapečený kapr v rajčatové omáčce	str. 14	60. Kapr se smetanou a hřiby	str. 19

61. Kapr na špízu se žampióny	str. 19	91. Kapr s uzeninou	str. 25
62. Marinovaný kapr po Mexicku	str. 20	92. Kapr pečený s pikantní omáčkou	str. 25
63. Marinovaný kapr po Hambursku	str. 20	93. Kapr po francouzsku	str. 26
64. Marinovaný kapr po orientálku	str. 20	94. Kapr po orientálsku se žampióny	str. 26
65. Kapr po Bretaňsku	str. 20	95. Kapr po anglicku	str. 26
66. Marinovaný kapr po Valticku	str. 21	96. Kapr po Bengálsku	str. 26
67. Marinovaný kapr po cikánsku	str. 21	97. Kapr po Španělsku	str. 26
68. Dvoubarevný kapr	str. 21	98. Kapr po Japonsku	str. 27
69. Kapr na roštu s petrželovým máslem	str. 21	99. Rožmberský kapří salát	str. 27
70. Ligurský kapr se žampióny	str. 22	100. Lečo s kaprem	str. 27
71. Kapr dušený (dietní)	str. 22	101. Pudink z kapra	str. 27
72. Kapr v pergamenu (dietní)	str. 22	102. Šašlik z kapra	str. 27
73. Kapr pečený na másle	str. 22	103. Rybí ražniči	str. 28
74. Kapr na cibuli	str. 22	104. Kapří guláš	str. 28
75. Kapr se sýrem	str. 22	105. Kapr po Řecku s houbami	str. 28
76. Královský kapr	str. 23	106. Kapr v zeleninové remuládě	str. 28
77. Kapr z Budapešti	str. 23	107. Kapr po židovsku	str. 28
78. Kapr recepční	str. 23	108. Kapří míšenina v aspiku	str. 29
79. Kapr panenský	str. 23	109. Halászlé z kapra	str. 29
80. Kapr Buddhův	str. 23	110. Halászlé na bajkalský způsob	str. 29
81. Pikantní kapří jikry	str. 23	111. Kapr po Srbsku	str. 29
82. Kapří biftečky	str. 24	112. Kapr s paprikou	str. 29
83. Silvestrovské sendviče	str. 24	113. Kapr smažený v těstíčku	str. 30
84. Kapr po moravsku	str. 24	114. Dušený kapr na karí koření	str. 30
85. Kapr dušený na pepři a česneku	str. 24	115. Kapr na víně po Polsku	str. 30
86. Kapří nákyp	str. 24	116. Kapr po Moskevsku	str. 30
87. Dušený kapr po indicku	str. 25	117. Kapr po Maďarsku	str. 30
88. Kapr po sicilsku	str. 25	118. Kapr po vídeňsku	str. 31
89. Kapr na česneku v alobalu	str. 25	119. Opékaný kapr s kapary	str. 31
90. Kapr vařený s citrónovým máslem	str. 25	120. Kapr s jogurtovou majonézou	str. 31

121. Kapr po Ukrajinu	str. 31	151. Gruzínský kapr	str. 36
122. Kapr rožmberský	str. 31	152. Smažené kapří mlíčí	str. 36
123. Kapr pečený	str. 31	153. Ukrajinské kapří závitky	str. 37
124. Kapr ALI BABA	str. 32	154. Uzbeký kapr s jikrami	str. 37
125. Nebeský kapr	str. 32	155. Kapr ve vinném těstíčku	str. 37
126. Pikantní kapr	str. 32	156. Zapékaný kapr	str. 37
127. Kapr na sladko	str. 32	157. Zapečený kapr se sýrem	str. 37
128. Kapr po Staropolsku	str. 32	158. Kapří kari	str. 37
129. Kapří menu	str. 32	159. Kapr s olivami	str. 38
130. Smažený kapr v pivním těstíčku	str. 33	160. Nákyp z kapra	str. 38
131. Kapr chung-šao	str. 33	161. "Bigosz" z kapra	str. 38
132. Kapr liu	str. 33	162. Kapr Hilton	str. 38
133. Kapr s kari kořením	str. 33	163. Trnavský kapr	str. 38
134. Kapr po moravsku	str. 33	164. Rožmberský nevolník	str. 39
135. Kapr po Vodňansku	str. 34	165. Táborské rybí taštičky	str. 39
136. Dietní kapr po Maďarsku	str. 34	166. Ohňový kapr po Libanonsku	str. 39
137. Kapr zapečený v bešamelu	str. 34	167. Kapr po Laosku	str. 39
138. Kapr s paprikami	str. 34	168. Kapr s baklažánem	str. 39
139. Kapr na hříbkách	str. 34	169. Kapr po Pákistánsku	str. 40
140. Kapr s rajčaty a paprikou	str. 34	170. Kapr v bramborách	str. 40
141. Kapr pečený s jablky a křenem	str. 35	171. Kapr po Syrsku	str. 40
142. Kapr podle Petra Voka	str. 35	172. Kapr se smetanou a jablky	str. 40
143. Kapr s ořechy	str. 35	173. Kapří ragú	str. 40
144. Kapr na smetaně	str. 35	174. Kapr na sardeli	str. 40
145. Kapr burgundský	str. 35	175. Vánoční kapr po Španělsku	str. 41
146. Plněný kapr	str. 35	176. Vánoční kapr z Vranje	str. 41
147. Kapr na vinné omáče	str. 36	177. Cikánský kapr	str. 41
148. Kapr postní	str. 36	178. Kapr kořeněný	str. 41
149. Kapr s rýží	str. 36	179. Kapr syrský	str. 41
150. Kapr modrák	str. 36	180. Pikantní kapr s jogurtem	str. 42

181. Kapr v bílém víně	str. 42	211. Kapr v žampionovém těstíčku	str. 47
182. Kapří baba	str. 42	212. Kapr v rozinkové omáče	str. 48
183. Balatonský kapr	str. 42	213. Kapr na sardeli II.	str. 48
184. Kapr s kukuřičnými lupínky	str. 42	214. Kapr po burgundsku	str. 48
185. Kapr v ořechové omáče	str. 42	215. Kapr po jihočesku	str. 48
186. Kapr v kyselém zeli	str. 43	216. Pikantní pečený kapr	str. 48
187. Novosadský kapr	str. 43	217. Kapr na pivu s křenem	str. 48
188. Uzený pečený kapr	str. 43	218. Kapr na pivu II.	str. 49
189. Kapr Pomodoro	str. 43	219. Kapr na sladko kyselo	str. 49
190. Indický kapr na česneku	str. 43	220. Vánoční kapr smažený v těstíčku	str. 49
191. Indonéský kapr kořeněný	str. 44	221. Staročeské pečenáče z kaprů	str. 49
192. Jávský pečený kapr	str. 44	222. Kapr marinovaný po Třeboňsku	str. 49
193. Tchajwanský kapr na kari	str. 44	223. Kapr na šalvěji	str. 50
194. Kapr s omáčkou "Orly"	str. 44	224. Kapr na slanině	str. 50
195. Kapr s husími játry	str. 44	225. Kapr po zahradnicku	str. 50
196. Kapr s medovým aspikem	str. 45	226. Kapr po mlynářsku	str. 50
197. Kapří guláš	str. 45	227. Kapr po myslivecku	str. 50
198. Kapr na smetaně	str. 45	228. Kapr pečený s jablky ze Štýrska	str. 51
199. Kapr se sofijskou omáčkou	str. 45	229. Francouzský kapr pečený v těstíčku	str. 51
200. Kapří paštika	str. 45	230. Kapr se sardelovou omáčkou po Polsku	str. 51
201. Kapr v majonéze	str. 46	231. Ďábelský kapr ze Szegedu	str. 51
202. Vánoční kapr v pikantní omáče	str. 46	232. Bavorský pochoutkový kapr	str. 51
203. Židovský kapr	str. 46	233. Kapří bramborák	str. 52
204. Salzburský kapr	str. 46	234. Kapr na špeku	str. 52
205. Kapr s vejci a sýrem	str. 46	235. Kapr na divoko	str. 52
206. Kapr s rajčatovým protlakem	str. 46	236. Ementálový kapr	str. 52
207. Kapr na paprice se žampiony	str. 47	237. Kapr na česneku	str. 52
208. Kapr na smetaně se zeleninou	str. 47	238. Kapr na kmíně	str. 53
209. Kapr na znojemský způsob	str. 47	239. Pochoutkový kapr	str. 53
210. Kapr na víně se šunkou	str. 47	240. Kapr po Provensálsku	str. 53

241. Jánský kapr

str. 53

242. Kapr plněný rýží

str. 53

1. Dušený kapr s karotkou

1 kg kapra, 12 dkg másla, sůl, pepř, muškátový oříšek, 1 dcl smetany, 1 dkg hladké mouky, 1 citrón, zelená petržel, karotka, cibule

Kapra nakrájíme na dílky, osolíme, opepříme a pomoučíme. Po obou stranách jej opečeme na másle. Kapra z másla vyndáme a do zbylého másla přidáme nakrájenou cibulku a necháme ji zpěnit, přidáme nakrájenou karotku, trochu nastrohaného muškátového oříšku, citrónovou šťávu, smetanu s rozmíchanou moukou a dusíme pod pokličkou. Před podáváním posypeme petrželkou.. Jako přílohu podáváme brambory.

2. Kapr na žampionech s ořechy

Očištěný kapr (asi 1 kg), olej, máslo, sůl, sladká paprika, mouka, 1/2 dcl smetany, 1 dcl bílého vína, 70 g vlašských ořechů, 120 g žampionů, pepř, citrón

Kapra nakrájíme na podkovy, ty osolíme, opepříme, popaprikujeme, mírně pomoučíme, a zvolna pečeme na oleji s ořechy. Pak přidáme nakrájené žampiony, 2 plátky citronu, bílé víno a dusíme pod pokličkou. Potom rybu vyndáme a šťávu zalijeme smetanou, do které jsme rozmíchali mouku. Necháme zavařit a touto šťávou polijeme kapra a zdobíme citrónem. Přílohou jsou brambory.

3. Kapr na česneku a feferonkách

6 porcí kapra, olej, 40 g másla, 3 stroužky česneku, 20 g feferonek, hladká mouka, sůl, citrón, zelená petrželka

Česnek s feferonkami jemně rozsekáme. Kapra osolíme, polijeme olejem, dobře proložíme směsí česneku a feferonek. Necháme 2 hodiny uležet. Pak porce kapra obalíme v hladké mouce a na horkém oleji upečeme. Hotové porce potřeme česnekovým máslem, ozdobíme citrónem a zelenou petrželkou. Přílohou jsou brambory.

4. Kapr po Alsasku

Kapr, cibule, žemle, česnek, zelená petržel, pepř, sůl, vejce, houby, mléko, máslo, mrkev, cibule, pepř, bobkový list, 1/4 l bílého vína, smetana, citrón

Cibuli zpěníme na tuku, žemle namočíme do mléka, vymačkáme je, přidáme cibuli a jemně nasekané mlíčí z kapra, česnek, zelenou petržel, pepř, sůl, vejce a houby namočené v mléce. Vše dobře rozetřeme a vzniklou směsí naplníme kapra. Toho pak zašijeme, osolíme, zalijeme máslem a zabalíme dolobalu a upečeme. Do pekáčku dáme malou mrkev, pokrájenou cibuli, několik zrněk pepře, bobkový list, 1/4 l bílého vína a 1/4 l vody a 1/4 l smetany. Vše pak povaříme na zahoustlou omáčku a případně dosolíme a přidáme citrónovou šťávu a kousek másla. Kapra vyjmeme zlobalu, odstraníme nitě a potřeme na povrchu omáčkou a ozdobíme petrželí. Jako přílohu podáváme opékané brambory.

5. Kapr načerno

Máslo, 25 dkg kořenové zeleniny, nové koření, pepř, jalovec, zázvor, cibule, ocet, rybí krev, vlašské ořechy, černé pivo, mandle, hrozinky, rybízová zavařenina, perník, červené víno

Na pánvi v rozpuštěném másle opečeme strouhanou kořenovou zeleninu, přidáme 2 nová koření, 5 pepřů, 5 jalovců, trochu zázvoru, 2 nakrájené cibule, krev z ryby, lžíci octa a porce osoleného kapra. V jiné nádobě uvaříme 3 dcl černého piva, hrst mandlí, hrozinek, ořechových jader, dvě lžíce rybízové zavařeniny a dvě lžíce strouhaného perníku. Kapra opatrně vyndáme a vložíme do omáčky z piva. Zeleninu s kořením propasírujeme a rovněž přilijeme. Nakonec přidáme 1/8 l červeného vína.

6. Kapr na smetaně

Půlky kapra (lze použít i štika), máslo, bobkový list, citrón, bílé víno, smetana, bramborová mouka

Půlky ryb položíme na pekáč, přidáme dvě lžíce másla, bobkový list, a dvě kolečka citrónu. Maso opečeme, přilijeme 1/8 l bílého vína a 1/3 l smetany s rozkvedlanou bramborovou nebo kukuřičnou moukou. Povaříme, maso opatrně vyjmeme na mísu a polijeme přecezenou omáčkou a ozdobíme kolečky citrónu.

7. Marinovaný kapr

Rozporcovaný kapr, máslo, ocet, hřebíček, pepř, bobkový list, zázvor, cibule, česnek

Kapra na másle opečeme. Maso narovnáme do mísy a zalijeme roztokem připraveným z 1/2 l vody, 1 dcl octa, dvou hřebíčků, dvou pepřů, dvou nových koření, bobkového listu, stroužku česneku a kousku celého zázvoru. Ve vařícím roztoku necháme maso asi 15 minut, potom ho vyjmeme. Roztok znovu povaříme a nalijeme na maso a necháme v chladu uležet 4 dny. Marinovaného kapra podáváme obloženého syrovou cibulí.

8. Kapr v biskupské omáčce

Porcovaný kapr, červené víno, angrešťová zavařenina, hrozinky, ořechová jádra, sušené švestky, suchý chléb

1/4 l červeného vína uvedeme do varu, přidáme 5 lžic angrešťové zavařeniny, hrst hrozinek, hrst ořechových jader, hrst sušených švestek a několik porcí osoleného kapra. Povaříme asi 10 minut, rybu vybereme, omáčku procedíme, hrozinky a švestky do ní prolisujeme a zahustíme lžící strouhaného suchého chleba.

9. Vařený kapr

Rozporcovaný kapr, sůl, kmín, petrželová nať, křen, suchá houska, máslo

Porce kapra vhodíme do vroucí osolené vody, do které přidáme lžičku kmínu a zelenou petrželovou nať. Po 10 minutách varu maso opatrně vyjmeme a položíme na mísu, posypeme strouhanou houskou a křenem, zakapeme citrónem a polijeme rozpáleným máslem.

10. Grilovaný kapr s plísňovým sýrem

4 podkovičky kapra, 100 g strouhaného plísňového sýra, 1 rajče, 2 stroužky česneku, sůl, citron, olej

Podkovičky kapra osolíme, pokapeme citronovou šťávou a necháme 30 minut v chladu odležet. Pak je potřeme olejem a krátce grilujeme – cca 5 minut z každé strany. Nakonec na ně poklademe tenké plátky česneku, kolečka rajčete, posypeme strouhaným plísňovým sýrem a necháme ještě krátce na grilu zezlátnout.

11. Kapr na pórku

1 kg kapra, 1/2 kg pórku, máslo, cibule, 1 dl bílého vína, mletý zázvor, sůl

Půlky kapra osolíme, do zářezů v kůži nasypeme špetku mletého zázvoru. Pórek nakrájíme na kolečka a s drobně nakrájenou cibulí podusíme na másle, přidáme kapra a několik minut dusíme. Nakonec podlijeme vínem a 20 minut pečeme v mírně horké troubě. Vhodnou přílohou může být rýže.

12. Vařený kapr se zeleninou

4 porce kapra, máslo, 10 dkg mrkve, 10 dkg zeleného hrášku, citrón, sůl

Zeleninu nakrájíme na nudličky a podusíme ji v osolené vodě do měkka. Porce kapra srovnáme do hrnce, podlijeme vodou, přidáme citrónovou šťávu a asi 15 minut mírně vaříme. Odcezenou zeleninu s drobně nasekanou petrželkou přidáme k masu a promícháme. Na talíři posypeme porce dušenou zeleninou, pokapeme máslem. Přílohou jsou brambory.

13. Kapr zapečený s houbami

1 kg kapra, 300 g sterilovaných fazolových lusků, 250 g nemodrajících hub, malý květák, žloutek, máslo, olej, zelená petržel, citrón, bílý pepř, sůl

Kapra vykostíme a nakrájíme na malé kousky. Houby a fazole nakrájíme na plátky, květák rozebereme na malé růžičky. Do zapékací misky dáme olej a skládáme na sebe vrstvy ryby, fazolí, hub a květáku. Každou vrstvu osolíme a okořeníme. Povrch pokrmu mírně pokropíme vodou a poklademe plátky másla. Zvolna dusíme v mírně vyhřáté troubě. Hotové jídlo pokapeme citrónovou šťávou, zjemníme syrovým žloutkem a posypeme rozsekanou zelenou petrželí.

14. Kapr se žampionovou nádivkou

1,5 kg kapra, 100 g másla, 2 cibule, 3 lžíce bílého vína, sardelová pasta, citrón, houby naložené ve sladkokyselém nálevu, sůl, na nádivku 250 g žampionů, 60 g másla, jikry, mlíčí, 4 vejce, 1 zemle, mléko, pepř, zelená petržel

Kapra osolíme, naplníme nádivkou a uzavřeme. Pekáč vymažeme máslem, dno poklademe na kolečka nakrájenou cibulí. Vložíme kapra, potřeme jej máslem a pečeme v mírně vyhřáté troubě. Během pečení kapra potíráme máslem a podléváme vínem a vodou. Před dopečením potřeme sardelovou pastou. Pečeného kapra ozdobíme plátky citrónu a houbami, podáváme s opečenými brambory.

Příprava nádivky : žampiony drobně nakrájíme a krátce podusíme na másle. Přidáme v mléce namočenou a lehce vymačkanou zemli a ostatní přísady, dobře zamícháme.

15. Rýnské kapří krokety

1/2 kg kapra, 150 g másla, 3 žoutky, 150 g rohlíků, mléko, cibule, pepř, muškátový květ, sůl, mandle, olej

Staženého, vykostěného kapra umeleme, přidáme máslo, žoutky, v mléce namočené a vymačkané rohlíky, lžíci osmažené cibulky, pepř, muškátový květ a sůl. Ze směsi tvoříme malé válečky, obalujeme je v rozšlehaném vejci a mletých mandlích a smažíme na oleji. Lze také použít štiku nebo candáta.

16. Specialita hotelu „Royal“

Kapr, bílé víno, máslo, na omáčku : 3 žoutky, lžíce bílého vína, sůl, muškátový květ, šalvěj

Plátky kapra namočíme přes noc do bílého vína. druhý den je osušíme, osolíme a po obou stranách rychle opečeme na másle. Podáváme s omáčkou a bílým pečivem. Omáčka : zbytky ryby, ploutve, ocas a hlavu vaříme asi 30 minut. Do 1/2 l vývaru zakvedláme 3 žoutky, lžíci bílého vína, sůl, muškátový květ a špetku šalvěje. Mícháme do zhoustnutí.

17. Kapr po Lipensku

750 g kapra, máslo, 2 dl červeného vína, cibule, 50g rajčatového protlaku, sůl

Drobně nakrájenou cibuli zpěníme na másle, zalijeme červeným vínem a trochu vývaru z kapří hlavy, pak přidáme rajský protlak a rozšleháme. Do připraveného základu vložíme naporcovaného kapra a pod pokličkou dusíme asi 12 minut. Podušeného kapra vyjmeme, dáme na talíř a přelijeme šťávou. Přílohou je dušená rýže.

18. Kapr po Děčínsku

1000 g kapra, 50 g slaniny, olej, 5 dcl červeného vína, 30 g sardelových řezů, hladká mouka, citrón, sůl

Staženého kapra naporcujeme, protneme je sardelovými řezy a slaninou, osolíme a zprudka opečeme do červena. Kapra vyjmeme, přendáme na ohřátý talíř, do zbylé šťávy přidáme máslo, vydusíme na tuk, zaprášíme moukou a krátce opražíme. Nakonec přidáme víno a krátce povaříme. Šťávu přecedíme do omáčnicku a podáváme s brambory.

19. Kapr po Plzeňsku

4 porce kapra, olej, 4 plátky slaniny, cibule, máslo, 30 g spařených oloupaných mandlí, citrón, 1/2 l světlého piva, 60 g perníku, bobkový list, celý pepř, sůl

Jednotlivé porce osolíme, zakapeme citrónovou šťávou a necháme asi 30 minut v chladu odležet. Plátky slaniny opečeme na pánvi, vložíme připravené porce kapra, nakrájenou cibuli, koření, zalijeme pivem a pod pokličkou dusíme do měkka. Kapra vyjmeme na nahřátý talíř. Zbylou šťávu zahustíme strouhaným perníkem, povaříme a prolisujeme sítem, můžeme dosolit a zjemnit máslem. Jednotlivé porce rozdělíme na talíře, přelijeme připravenou šťávou a posypeme na nudličky nakrájenými mandlemi. Podáváme s bílým pečivem.

20. Grilovaný dietní kapr

3 porce kapra (asi 1/2 kg), máslo, sůl, citrón

Porce mírně osolíme a nasucho grilujeme po obou stranách. Měkké porce přelijeme rozpuštěným máslem a ozdobíme plátky citrónu. Podáváme s bramborovou kaší.

21. Kapr v alobalu

4 porce kapra, citrón, máslo, sůl, zelená petržel

Kapra mírně osolíme, poklademe plátky másla a pečlivě zabalíme do alobalu. Pečeme na plechu v mírně horké troubě asi 30 minut. Měkké porce vybalíme z alobalu, pokapeme citrónem, posypeme drobně nakrájenou petrželí a podáváme s vařenými bramborami a hlávkovým salátem.

22. Kapr dušený po Italsku

600 g kapra, 300 g rajčat, 50 g eidamu, 40 g olivového oleje, kmín, sůl, cibule

Cibuli drobně nakrájíme a s kmínem vložíme do pánve s rozehřátým olejem. Přidáme osolené porce kapra a zvolna dusíme. K podušené rybě přidáme na plátky nakrájená rajčata a vše dusíme do měkka. Jednotlivé porce posypeme nastrouhaným sýrem a podáváme s vařenými brambory.

23. Kapr v červeném víně

Kapr, kapří krev, ocet, cibule, bobkový list, celý pepř, sůl, červené víno, světlé pivo, máslo, sirup, játra z kapra, mlíčí, jíška

Při zabíjení kapra chytíme krev do nádoby s trochou octa a hned rozkvedláme, aby krev nesesla. Porce kapra vkládáme do železného hrnce v tomto pořadí : kousky z hlavy na dno hrnce, ostatní porce, na ně na plátky pokrájenou cibuli, bobkový list, pepř a sůl. Na všechno nalijeme polovinu červeného vína a polovinu piva, aby všechny kousky kapra byly potopeny. Povaříme. Pak odlijeme část směsi piva a vína, aby v hrnci zůstalo tolik, kolik potřebujeme na omáčku. Přidáme kus másla, několik lžiček sirupu a trochu octa. Potom játra, zbavená žil a žluči, mlíčí a krev a necháme rychle dovařit. Hrnecem je třeba občas zatřást, aby se ryba nepřipálila. Potom rybu vyndáme na mísu a šťávu zahustíme tmavou jíškou. Přecezenou omáčkou kapra na míse trochu polijeme, ostatní dáme do omáčnicku. Jako příloha jsou vhodné brambory vařené v páře. Stejně se připravuje i úhoř.

24. Kapr po námořnicku

Kapr, máslo, mrkev, kořenová petržel, celer, cibule, bobkový list, tymián, celý pepř, kapary, bílé víno, vývar z masa nebo kostí, hořčice, jíška, sůl

Porce ryby nasolíme a necháme 30 minut odležet. Do kastrolu, dobře vymazaného máslem, vložíme na kolečka nakrájenou mrkev, petržel, celer, cibuli, bobkový list, tymián, pepř, kapary a na konec porce ryby. Všechno zalijeme bílým vínem a vývarem. Přidáme 1 až 2 lžíce hořčice. Dusíme na mírném ohni pod poklicí. Udušenou rybu vyndáme, šťávu procedíme, zahustíme jíškou, chvíli povaříme a nalijeme na rybu.

25. Kapr na budínský způsob

Kapr, mrkev, celer, petržel, brukev, cibule, máslo, 1/2 l bílého vína, sůl

Zeleninu nakrájíme na nudličky a dusíme na másle do poloměkka. Přidáme porce kapra, osolíme, zalijeme vínem a vaříme na prudkém ohni tak dlouho, až se šťáva z poloviny vydusí a zhoustne. Podáváme s plátky chleba, opečenými na másle.

26. Kapr pečený na houbách

4 porce kapra, 370 g naložených hub, 2 natvrdo vařená vejce, olej, bílý pepř, pažitka, citrón, sůl, cibule

Porce kapra osolíme a zprudka opečeme na oleji, přidáme na kolečka nakrájenou cibuli a polovinu pokrájených hub. Rybu podlijeme trochou vody a v troubě upečeme do měkka. Pak rybu vyjmeme, porce ozdobíme usekanými vejci, pažitkou a plátky citrónu, ke každé porci přidáme zbytek naložených hub. Vhodnou přílohou je dušená rýže.

27. Kapr pečený se zeleninou

4 porce kapra, máslo, 2 větší cibule, 3 papriky, 4 rajčata, 1/16 l smetany, hladká mouka, olej, sůl

Kapra osolíme, obalíme v mouce a na oleji opečeme do zlatova. Na kolečka nakrájenou cibuli osmahneme na másle, přidáme nakrájené papriky a rajčata, vše krátce podusíme. Zahustíme smetanou rozmíchanou se lžící hladké mouky. Do připravené zeleniny vložíme porce opečeného kapra. Podáváme s plátky opečené žemle.

28. Dušený kapr se žampiony

4 porce kapra, 200 g žampionů, 70 g másla, cibule, 2 stroužky česneku, 30 g hladké mouky, 1 dl červeného vína, mletý pepř, zelená petržel, sůl

Kapra osolíme, opepříme, obalíme v mouce a opečeme na másle. Opečenou rybu vyjmeme, do tuku vložíme drobně nakrájenou cibuli, na plátky nakrájené žampiony a drobně usekaný česnek. Směs krátce osmažíme, přidáme kapra, podlijeme vínem a dusíme do měkka. Podáváme s vařenými brambory silně posypané zelenou petrželí.

29. Kapr se žampiony v alobalu

4 porce kapra, 80 g másla, 100 g pikantní směsi, 150 g žampionů, 300 g brambor, 30 g hladké mouky, citrón, 1 dl bílého vína, olej, mletý pepř, sůl, na pikantní směs : 1 sladkokyselá okurka, 1 menší cibule, zelená petržel, citronová kůra, 2 lžičky sardelové pasty, 2 lžičky usekaných kaparů

Do porcí kapra uděláme nožem dva zářezy, do nich vsuneme plátky citrónu, rybu osolíme a opepříme, obalíme v mouce a na rozpáleném oleji krátce opečeme. Brambory oloupeme a nakrájíme na malé kostičky, osmažíme na oleji. Na velký list alobalu položíme osmažené brambory, na ně porce kapra a pokryjeme pikantní směsí. Navrch klademe slabě nakrájené žampiony, přilijeme víno a přidáme máslo. Alobal dobře uzavřeme a pečeme ve vyhřáté troubě 20 až 25 minut. Příprava pikantní směsi : sladkokyselou okurku, cibuli, 2 žampiony, zelenou petržel a kapary jemně usekáme a vše promícháme s citronovou kůrou a sardelovou pastou.

30. Zapečený kapr v rajčatové omáče

3 porce kapra po 200 g, 100 g oleje, cibule, 2 stroužky česneku, 6 tvrdších rajčat, 1/8 bílého vína, 50 g strouhaného ementálu, 30 g strouhané housky, mletý pepř, sůl

Do pánve s rozehřátým olejem vložíme osolené a opepřené porce kapra a po obou stranách je dozlatova opečeme. Porce vyjmeme, v tuku po opékání krátce osmahneme nadrobno nakrájenou cibuli a česnek a přidáme na plátky nakrájená rajčata. Do zapékačké misky vložíme polovinu podušených rajčat s cibulí a pokryjeme je porcemi kapra, přelijeme šťávou se zbytkem rajčat a přelijeme vínem. Povrch pokrmu posypeme sýrem se strouhanou houskou a krátce zapečeme.

31. Kapr s okurkovou omáčkou

4 porce kapra po 150 g, 3 dl smetany, máslo, hladká mouka, citrón, salátová okurka, mletý pepř, lžíce nakrájeného kopru, sůl

Z másla a mouky připravíme v hlubší pánvi světlou jíšku, po částech ji podléváme studenou smetanou a za stálého míchání ji povaříme na hladkou omáčku. Vykostěné porce kapra osolíme, pokapeme citrónovou šťávou, vložíme do připravené omáčky, podle chuti osolíme, opepříme, přidáme na drobno nakrájenou okurku a na mírném ohni uvaříme do měkka. Hotové posypeme usekaným koprem.

32. Zapečený kapr se smetanou a koprem

3 porce kapra, máslo, 1/4 kysané smetany, kopr, tvrdý sýr, mletý pepř, sůl

Porce kapra zbavíme kůže, osolíme, opepříme, vložíme do zapékačké misky a na másle je krátce opečeme. Do smetany rozkvedláme lžíci nakrájeného kopru a 3 lžíce nastrohaného sýra. Opečené porce kapra přelijeme smetanou a ve vyhřáté troubě asi 20 minut zapečeme.

33. Kapr se žampiony

1/2 kg kapra, 250 g nakládaných žampionů, sterilovaný hrášek, 250 g majonézy, citrón, rajčata, natvrdo vařená vejce, máslo

Porce kapra osolíme a opečeme na másle. Pak maso zbavíme kůže, kostí a pokrájíme. Přidáme pokrájené žampiony a 3 lžíce hrášku a majonézu rozmíchanou s citronovou šťávou. Salát upravíme na mísu a zdobíme rajčaty, kolečky citrónu a vařenými vejci.

34. Kapří závitky v rosolu

Kapr, 1/2 l bílého vína, bobkový list, 5 nových koření, pepř, cibule, 2 hřebíčky, sůl, citrón, nakládaná zelenina, vejce, aspik, 5 bílků, ocet

Kapra pokrájíme na dílky jako ke smažení. Víno svaříme s kořením a celou cibulí. Horký nálev na maso nalijeme a necháme marinovat do druhého dne. Pak jednotlivé porce bez obracení uvaříme, vyndáme je na talíř a necháme vychladnout. Kůži opatrně sejmeme, maso vykostíme a umeleme. podle chuti osolíme a okyselíme citrónovou šťávou. Na kůži klademe válečky z rybí kašoviny, stočíme do závitků a klademe vedle sebe. Přizdobíme nakládanou zeleninou, vejci, citrónem a zalijeme aspikem připraveným z litru rybího vývaru, vyčištěného 5 rozšlehanými bílky a ochuceného octem a solí.

35. Rybí paštika

Kapr, červené nesladké víno, cibule, citrónová kůra, mlíčí, játra, sardelová pasta, slanina, 2 housky, mléko, sůl, pepř, 3 vejce, žampióny, petržel, rajčata, pažitka, kopr

Rybu vykostíme, rozporcujeme a osolíme. Pak ji marinujeme asi půl dne ve víně s nakrájenou cibulí a citrónovou kůrou. Z mlíčí si připravíme směs s přidavkem jater, sardelové pasty, jemně nakrájené slaniny a dvou housek namočených v mléce. Osolíme, opepříme, přidáme dvě vejce a směs utřeme na jemno. Formu na paštiku vymažeme tukem, na dno dáme vrstvu připravené směsi, na ni porce marinovaného kapra. Navrch dáme osmažené žampióny a petrželovou nať. Povrch potřeme rozkvedlaným vejcem a pečeme asi hodinu v mírně vyhřáté troubě. Pak paštiku vyklopíme na mísu a necháme vychladnout. Zdobíme petrželí, rajčaty, pažitkou a koprem.

36. Kapr po Čínsku

1000 g kapra, 4 lžíce arašídového oleje, 1/16 l sherry, 3 lžíce octa, 3 kostky cukru, 3 stroužky česneku, sůl, lžička zázvoru, 2 lžičky škrobové moučky

Kapra opečeme v rozpáleném oleji po obou stranách zcela do měkka, potom vyjmeme, položíme na plochou mísu a zalijeme omáčkou. Příprava omáčky : sherry, ocet, cukr, sůl, česnek utřený se solí, zázvor a škrobovou moučku rozšleháme v hluboké misce. Na menší pánev nalijeme olej na smažení, přidáme ušlehanou omáčku a za stálého míchání vaříme do zhoustnutí. Podáváme s dušenou rýží nebo s brambory.

37. Interkapr

1 kapr, sůl, 100 g másla, 3 natvrdo vařená vejce, 3 syrové žloutky, 3 dcl šlehačky, lžička pepře, 2 lžičky cukru, citrón, lžička hořčice

Kapra necháme v celku, hřbet několikrát šikmo nakrojíme, aby se nekroutil, osolíme, přidáme máslo a zvolna upečeme. Upečeného kapra poléváme omáčkou ze tří prolisovaných vařených vajec, žloutků, šlehačky, pepře, cukru, hořčice šťávy z celého citrónu.

38. Kapr lužnický

Stažené půlky kapra bez hřbetních kostí, 5 stroužků česneku, sůl, sladká paprika, zázvor, olej

Utřeme česnek se solí, lžící papriky a lžičkou zázvoru, rozmícháme v 5 lžících oleje a kašičkou natřeme maso po jedné straně. Každou polovinu kapra zabalíme zvlášť do alobalu, necháme v ledničce několik hodin uležet a potom upečeme.

39. Zapékaný kapr se sýrem

Kapr, 100 g másla, hladká mouka, 1dcl vývaru z ryby, 1 dcl sladké smetany, hermelín, 2 žloutky, sůl, pepř, natvrdo vařené vejce, citrón, hlávkový salát

Kapra uvaříme, zbavíme kůže, vykostíme a pokrájíme na malé kousky. Z másla a hladké mouky upražíme světlou jíšku, kterou rozředíme vývarem a smetanou. Přidáme hrst strouhaného hermelínu, syrové žloutky, sůl, pepř a pokrájené kapří maso. Směsí plníme máslem vymaštěné zapékačké misky asi do 3/4, posypeme strouhaným hermelínem, pokapeme rozpuštěným máslem a prudce opečeme. Zdobíme vařeným vejcem, salátovými listy a kolečky citrónu. Podáváme teplé s bílým pečivem.

40. Štědrovečerní nadívaný kapr

Kapr, 100 g sušených švestek, 100 g jader vlašských ořechů, cibule, olej, pepř, sůl

Švestky krátce povaříme, vypeckujeme a umeleme na masovém strojku. Ořechy také umeleme. Pokrájenou cibuli zpěníme na oleji, přidáme švestky a ořechy, špetku soli a pepře a dobře promícháme. Kapra necháme vcelku, hřbet několikrát nařízneme. Osolíme a břišní dutinu naplníme připravenou směsí. Potom kapra zašijeme a za občasného polévání olejem upečeme. Takto upraveného kapra podáváme s tradiční černou omáčkou.

41. Kapr ve víně

Kapr, červené víno, olej, rajský protlak, pepř, sůl, cukr, hrozinky, strouhaný chleba

Kapra rozporcujeme, zalijeme vínem a na 4 hodiny dáme do ledničky. Potom porce osušíme, osolíme a prudce opečeme na oleji. Do oleje, v němž jsme rybu opékali, přidáme sklenku použitého červeného vína, 2 lžice protlaku, pepř, sůl, 2 lžičky cukru, hrst hroznů a 2 lžice strouhaného chleba. Povaříme asi 5 minut, nalijeme na rybu a podáváme s tmavým chlebem.

42. Kapří huspenina

800 g vařeného kapra, 200 g kyselá míchaná zelenina, + 1 rybího rosolu, 100 g majonézy, 2 vařená vejce

Do majonézy za stálého míchání přiléváme ochlazený tekutý rybí rosol. Do rosolové majonézy nakrájené kapří maso, nadrobno nasekanou zeleninu a vařená vejce, promícháme a nalijeme do nějaké pěkné formy. Necháme v lednici ztuhnout. Po ztuhnutí huspeninu krájíme na porce.

43. Topinky Bezdrev

500g kapra, máslo, olej, cibule, 3 lžice kečupu, lžička soli, lžička pepře, 5 stroužků česneku, chléb, kyselá okurka

Kapra stáhneme a udusíme na másle, maso vykostíme a pokrájíme na drobno. Na troše oleje osmažíme pokrájenou cibuli, přidáme maso, kečup, pepř, sůl a utřený česnek. Na oleji osmažíme dočervena krajíčky chleba a ještě teplé potřáeme pomazánkou. Podáváme s kyselou okurkou.

44. Kapr v županu

Kapr, 5 lžic hladké mouky, olej, 3 bílky, sůl

Kapra osolíme, jednotlivé porce obalujeme v těstíčku a smažíme. Těstíčko : hladkou mouku promícháme se třemi lžicemi oleje a 1 lžící osolené vlažné vody. Za půl hodiny přidáme sníh z bílků a lehce promícháme.

45. Kapr smažený se sýrem

Kapr, máslo, dietní suchary, tvrdý sýr, sůl

Osolené porce kapra obalujeme v rozpuštěném másle a strouhance z dietních sucharů. Usmažíme, poklademe vedle sebe do zapékací misky, vydatně posypeme strouhaným sýrem a zapečeme. Podáváme ihned.

46. Kapr v mandlích

Kapr, vejce, sůl, máslo, mandle, dietní suchary

Porce osolíme, smočíme ve žloutcích ušlehaných s rozpuštěným máslem (na jeden žloutek 1 lžice másla) a obalíme ve strouhaných mandlích napůl smíchaných se strouhankou z dietních sucharů. Osmažíme.

47. Kapr namodro

Kapr lysec, ocet, 2 bobkové listy, 20 pepřů, 1 cibule, lžička soli, máslo, vařená vejce, sardelové máslo, citrón, kaviár

Kpra opatrně vykucháme, přičemž nesmíme setřít hlen z povrchu kůže, který je příčinou zmodrání. Nakrájíme na porce, které narovnáme vedle sebe a polijeme vroucím octem. Svaříme litr vody s 1/8 l octa, nakrájenou cibulí, kořením a solí asi 5 minut. Pak nalijeme na rybí porce rozložené v pekáči a vaříme 15 minut. Po uvaření rybu urovnáme na mísu, potřeme rozpuštěným máslem a zdobíme vařenými vejci, petrželkou, sardelovým máslem, plátky citrónu a kaviárem.

48. Kapr vařený v pivě

6 porcí kapra po 200 g, 100 g slaniny, 150 g kořenové zeleniny, 2 cibule, 1/2 l světlého piva, 2 lžice strouhaného perníku, citrón, 2 lžice másla, sůl

Osolené porce kapra vložíme do smaltované nádoby vyložené plátky slaniny, kolečky cibule a kořenové zeleniny. Když se slanina částečně rozpeče zalijeme kapra pivem a nádobu přiklopíme. Jakmile se pivo začne vařit sejmem nádobu z ohně, přikryjeme ji promaštěným papírem a dáme do trouby. Zapékáme do změknutí. Měkké porce vyndáme na nahřátou mísu, omáčku z piva zahustíme perníkem, ochutíme citrónovou šťávou, osolíme a zjemníme máslem. Porce kapra přelijeme procezenou omáčkou a podáváme s vařenými brambory.

49. Kapr po staročesku

6 porcí kapra, 1/4 l černého piva, 1/4 l bílého vína, cibule, citrón, 3 hřebíčky, 50 g másla, 2 lžičky sardelové pasty, lžice kaparů, 40 g hladké mouky, sůl

Kpra naporcujeme a osolíme. Do hluboké pánve nalijeme víno, pivo, asi 1/4 l vody, přidáme cibuli se zapíchnutými hřebíčky, citrónovou kůru, osolíme a vaříme 10 minut. Pak vložíme kapra a zvolna vaříme 15 minut. Na menší pánvi zpěníme 50 g cibule, přidáme sardelovou pastu, zaprášíme moukou, osmahneme, podlijeme procezeným rybím vývarem, přidáme usekané kapary, citrónovou šťávu, osolíme a za stálého míchání vaříme 20 minut. Takto připravenou omáčkou poléváme porce kapra.

50. Kapr podle prababičky

1,5 kg kapra, 120 g másla, 1/4 l sladké smetany, 1/8 l rybího vývaru, mletý pepř, lžice drobně rozkrájených lístků šalvěje, sůl

Kpra rozdělíme na poloviny, osolíme, opepříme, posypeme šalvějí. V pekáči rozhřejeme 3/4 másla, vložíme připraveného kapra a poklademe zbylým máslem. Pečeme po obou stranách asi 20 minut. Během pečení podléváme vývarem a přeléváme vypečenou šťávou. Měkké maso vyjmeme, do vypečené šťávy přilijeme smetanu a necháme přejít varem. Procezené lijeme na porce ryby.

51. Bratislavský kapr se šunkou

4 porce kapra, 4 plátky šunky, 1/4 l pomerančového džusu, sůl, cayenský pepř, mouka, vejce a strouhanka na obalení, máslo na smažení, tvrdý sýr

Rybu stáhneme a odstraníme páteř, porce narovnáme do misky, zalijeme džusem, dáme na noc do ledničky. Druhý den maso osušíme, osolíme, opeříme, zabalíme do šunky, obalíme v mouce, vejci a strouhance a osmažíme. Horké sypeme strouhaným sýrem.

52. Radenínský vánoční kapr

6 porcí kapra, 1/2 l mléka, sůl, hladká mouka, vejce, 200 g mandlí, olej

Kapra stáhneme a odstraníme páteř. Porce namočíme do mléka a necháme přes noc v lednici. Druhý den osušíme, osolíme, obalíme v mouce, vejci a strouhaných mandlích. Smažíme po obou stranách do červena.

53. "Orientální" kapr z Třebíče

6 porcí kapra, 6 lžic oleje, 1 dl červeného vína, kečup, šípková zavařenina, zavažené brusinky, hrozinky, mandle, sůl, pepř, cukr

Porce kapra osolíme a prudce opečeme na oleji. Podáváme s omáčkou z vína, lžice kečupu, lžice šípkové zavařeniny, lžice zavažených brusinek, hrsti hrozinek a několika spařených mandlí. Omáčku 5 minut povaříme, podle chuti osolíme, opeříme, případně osladíme.

54. Pečenáče z Heraltic

1,8 kg kapra, 5 lžic oleje, 1/4 l octa, 2 bobkové listy, 2 cibule, 10 pepřů, lžička soli, 3 hřebíčky, 5 nových koření, citrónová kůra

Kapra nařežeme na podkovy silné asi 1,5 cm, po obou stranách je potřeme olejem a dohněda opečeme. Ocet svaříme s 1,5 l vody, cibulí, kořením a solí. Opečeného kapra srovnáme do mísy, zalijeme studenou marinádou, necháme 5 dní v chladničce uležet.

55. Kapří karbanátky z Podunají

1 kg kapřího masa, 3 lžice krupice, lžice oleje, 2 vejce, 5 lžic strouhanky z dietních sucharů, sůl, pepř, muškátový květ, olej

Kapra v páře udusíme do měkka. Potom vykostíme, maso umeleme. Krupici osmahneme na oleji a přidáme k masu s ostatními přísadami. Z masa děláme malé karbanátky, které bez obalování osmažíme.

56. Strážnický kapr v jenském skle

6 porcí kapra, 100 g ementálu, 3 vejce, 3 lžice másla, sůl

Staženého kapra naporcujeme, osolíme a prudce opečeme na oleji a máse. Maso vybereme, narovnáme do ohnivzdorné skleněné mísy, zalijeme vejci rozkvedlanými s nastrouhaným ementálem a dáme zapéci.

57. Kapr s houbami

4 porce kapra, 50 g cibule, 80 g másla, 1/8 l bílého vína, 150 g žampionů, 1/8 l smetany, kopr, cukr, citrón, hladká mouka, sůl

Z porcí kapra odstraníme páteř, vrchní část nařízneme a do zářezů vsuneme dílky citrónu. Osolíme a obalíme v mouce. Drobně nakrájenou cibuli osmahneme na másle, přidáme porce ryby a dusíme za občasného podlévání vínem. Podušené porce vyjmeme, šťávu procedíme, přidáme na plátky nakrájené žampiony a podusíme je. Šťávu s houbami ochutíme smetanou, citrónovou šťávou, špetkou cukru, jemně usekaným koprem a ještě krátce povaříme. Porce kapra přelijeme omáčkou a podáváme s vařenými brambory.

58. Pikantní kapr se žampiony

4 porce kapra, 10 žampionů, 0,5 dl koňaku, 2 dl červeného vína, 100 g cibulek, lžice hladké mouky, 1 stroužek česneku, mletý pepř, olej, 20 g hladké mouky, 50 g másla.

Porce kapra osolíme, opepříme, poprášíme moukou a opečeme po obou stranách na rozpáleném oleji. Opečené porce pokropíme koňakem, zapálíme a necháme dohořet. Pak rybu zalijeme vínem a vodou, ochutíme česnekem utřeným se solí a přidáme na tenké plátky nakrájené žampiony. Dusíme na mírném ohni 25 minut. Měkkou rybu opatrně vyjmeme, šťávu zahustíme kuličkou uhnětenou z 20 g mouky a 20 g másla, nepatrně zředíme vodou a krátce povaříme. Na zbytku másla podusíme celé oloupané cibulky, podušené vložíme do omáčky a znovu krátce podusíme. Omáčkou přelijeme porce kapra a podáváme s vařenými brambory.

59. Kapr s houbami po Maďarsku

4 porce kapra, 200 g čerstvých hub, 1/16 l husté smetany, 1/16 l bílého vína, 100 g másla, hladká mouka, cibule, zelená petržel, mletý pepř, sůl

Porce kapra osolíme. Na pánvi rozpustíme máslo, přidáme porce kapra, polijeme vínem, přidáme nakrájené houby, drobně usekanou cibuli a zelenou petržel, opepříme a osolíme. Povrch pánve pokryjeme alobalem a v troubě podusíme. Smetanu rozmícháme se lžicí hladké mouky, přelijeme přes měkkou rybu a krátce zapečeme. Podáváme s vařenými brambory.

60. Kapr se smetanou a hřibů

600 g kapra, 100 g hřibů nakládaných v octě, 1/4 l kyselá smetana, 60 g másla, cibule, mletý pepř, bobkový list, sůl

Porce kapra osolíme, opepříme a opečeme na rozpuštěném másle. Přidáme bobkový list, drobně nakrájenou cibuli a v troubě na mírném ohni zapečeme. Pak podlijeme rybu smetanou a před dopečením přidáme drobně nakrájené hřiby.

61. Kapr na špízu se žampiony

500 g kapra, 4 plátky anglické slaniny, 8 žampionů, olej, citrón, mletý pepř, sůl.

Kapra stáhneme a vykostíme, maso nakrájíme na větší kostky, opepříme, pokapeme citrónovou šťávou a olejem a necháme několik hodin odležet. Anglickou slaninu pokrájíme na čtverečky, žampiony necháme celé. Na jehlu napichujeme střídavě kostky kapřího masa, slaninu a žampiony, osolíme a opečeme v rozpáleném oleji. Podáváme s opečenými brambory a rajčatovým salátem s cibulí.

62. Marinovaný kapr po Mexicku

6 porcí kapra, citrónová šťáva, sůl, na marinádu : 150 g majonézy, 1 nastrohané jablko, lžíce nastrohaného křenu, 1 prolisovaný banán, 1 sladkokyselá okurka, lžička usekaných kaparů, lžička cukru, 2 lžičky citronové šťávy, 2 lžíce bílého vína, špetka bílého pepře, sůl.

Porce kapra zakapeme citrónovou šťávou, necháme chvíli odležet a krátce zvolna povaříme na mírném ohni ve slané vodě, opatrně vyjmeme, částečně vychladlého vykostíme a narovnáme do hlubší skleněné nádoby. Všechny přísady na marinádu dobře promícháme, naposled nastroháme jablko a ihned je přidáme do marinády. Porce kapra přelijeme marinádou a necháme v chladničce asi 3 hodiny vychladnout. Podáváme jako předkrm se slaným bílým pečivem a bílým vínem.

63. Marinovaný kapr po Hambursku

6 porcí kapra po 200 g, 80 g oleje, 3 bílky, hladká mouka, sůl, na marinádu : 100 g kořenové zeleniny, nové koření, celý pepř, 1 bobkový list, 2 velké cibule, polovina citrónu, 1/4 l octa, 1/4 l červeného vína, 6 lžic oleje, sůl

Porce kapra osušíme, osolíme, obalíme v mouce a necháme asi 2 hodiny odležet. Pak porce ryby obalíme v rozšlehaných bílcích, znovu v mouce a v rozpáleném oleji opečeme z obou stran, opečené porce vyjmeme a necháme vychladnout. Vychladlého kapra vložíme do kameninového hrnce, zalijeme marinádou a v chladu necháme asi 12 hodin odležet. Příprava marinády : kořenovou zeleninu nakrájíme na slabé plátky, vložíme je do osolené vařící vody, přidáme nové koření, celý pepř, bobkový list a vaříme ji do poloměkka. Pak teprve přidáme na kolečka nakrájenou cibuli, na plátky nakrájený citrón, ocet, víno, vše ještě krátce povaříme a necháme vychladnout. Do vychladlé marinády lehce vmícháme olej. Marinádu před přelitím kapra necháme vychladnout.

64. Marinovaný kapr po orientálsku

6 porcí kapra, 3 lžíce oleje, citrónová šťáva, sůl, na marinádu : 3 větší tvrdá rajčata, 2 sterilované kapie v oleji, 2 velké cibule, 2 kyselé okurky, 1 dcl octa, 1/8 l vody, lžička hořčice, 4 lžíce oleje, mletý pepř, worcesterová omáčka, sůl

Asi 200 g porce osolíme, zakapeme citrónovou šťávou, opečeme po obou stranách na oleji. Opečené porce vyjmeme, necháme vychladnout a opatrně vykostíme. Cibuli, rajčata a okurky nakrájíme na tenká kolečka, papriku na proužky a vložíme do hlubší skleněné mísy. Vložíme porce kapra a pokryjeme připravenou zeleninovou směsí. Zbylé přísady promícháme v další misce a promíchanou marinádou přelijeme kapra se zeleninou. Necháme v chladničce dobře vychladnout a podáváme s chlebem.

65. Kapr po „bretaňsky“

600 g kapra, 30 g bílých fazolí, 75 g oleje, malá cibule, 50 g rajčatového protlaku, 3 lžíce červeného vína, citrón, zelená petržel, sůl.

Porce kapra pokapeme citrónovou šťávou a necháme asi půl hodiny odležet. Osolíme a upečeme na pánvi po obou stranách na rozpáleném oleji. Předem připravíme marinádu a vařící ji přelijeme na porce kapra. Příprava marinády : předem uvaříme bílé fazole do měkka, nesmí se ale rozvařit, scedíme je a necháme okapat. Do rozpáleného oleje po opékání kapra přidáme na kroužky nakrájenou cibuli, velmi krátce ji zpěníme, aby zůstala bílá, přidáme rajčatový protlak, bílé víno, uvařené fazole a necháme přejít varem. Pokrm necháme v chladu alespoň 6 hodin odležet. Podáváme s bílým slaným pečivem, ozdobené kolečky citrónu a zelenou petrželí.

66. Marinovaný kapr po „Valticku“

1500 g kapra, olej, malá cibule, 250 g žampionů, půlka celeru, bobkový list, 2 dcl bílého vína, citrónová šťáva, jablko, 2 lžice nakrájeného kopru, bílý jogurt, 150 g majonézy, sůl, pepř.

Kapra osolíme, opepříme a krátce po obou stranách upečeme na oleji. Kapra vyjmeme a do zbylého oleje vložíme jemně nakrájenou cibuli, na plátky nakrájené žampiony, na plátky nakrájený, samostatně v osolené vodě uvařený celer a bobkový list. Podušenou směs zalijeme vínem, vložíme opět kapra a zvolna ještě 10 minut podusíme. Pak přidáme citrónovou šťávu, oloupané, na nudličky nakrájené jablko a drobně nakrájený kopr. Pokrm necháme vychladnout a kapra důkladně vykostíme. Jogurt smícháme s majolkou a touto směsí zalijeme cibuli se žampiony a vložíme porce vykostěného kapra. Necháme asi 6 hodin vychladnout a podáváme se slaným bílým pečivem.

67. Marinovaný kapr po „cikánsku“

800 g kapra (4 porce), 100 g oleje, 100 g cibule, 100 g červených paprikových lusků, 100 g sladkokyselých okurek, 5 g sladké mleté papriky, špetka pepře, 50 g rajčatového protlaku, půl dcl červeného vína, sůl.

Kapra opečeme na oleji po obou stranách, necháme vychladnout a přelijeme marinádou. Příprava marinády : do zbylého oleje po upečení kapra vložíme na kolečka nakrájenou cibuli, necháme ji pouze zesklivatět, přidáme mletou papriku, rajčatový protlak, na nudličky nakrájené okurky a paprikové lusky. Přelijeme červeným vínem a necháme pouze přejít varem. marinádou přelijeme opečeného kapra a necháme v chladu asi 12 hodin odležet. Podáváme s chlebem.

68. Dvoubarevný kapr

4 porce kapra po 200 g, 2 lžice másla, 1 dcl bílého vína, 1 dcl husté sladké smetany, velká cibule, 2 sladkokyselé okurky, 2 lžice rajčatového protlaku, půlka citrónu, nové koření, celý pepř, jalovec, bobkový list, 1 vařený žloutek, 2 lžice kaparů, zelená petržel, sůl.

Z porcí kapra stáhneme kůži, jednotlivé porce na hřbetu nařízeme a vložíme do nich plátky citrónu. Kapra opečeme po obou stranách na másle, opečené porce vyjmeme a na zbylém másle po opékání podusíme nakrájenou cibuli, okurky, usekané kapary a všechno koření. Pak zalijeme vínem, přidáme citrónovou šťávu a vše rozdělíme na dvě poloviny. Vyjmeme koření, jednu část zalijeme smetanou, ke druhé přidáme rajčatový protlak. Každou část zvlášť umixujeme. Upečené porce kapra vložíme na skleněnou dělenou mísu a obě poloviny polijeme střídavě připravenými marinádami. Červenou část ozdobíme vařeným, přes síto protlačeným žloutkem a snítkami zelené petržele. Podáváme s tmavým chlebem.

69. Kapr na roštu s petrželovým máslem

Půlka kapra (1 kg), lžice citrónové šťávy, 6 lžic oleje, mletý pepř, sůl, na přípravu petrželového másla : 100 nízkoenergetického másla, 3 lžičky jemně usekané zelené petrželky, lžička worchestrové omáčky, 2 lžičky citrónové šťávy, sůl.

Půlku kapra bez ploutví osušíme, na hřbetu několikrát nařízeme, osolíme, po obou stranách opepříme, pokapeme citrónovou šťávou, potřepe jemným olejem a necháme v chladu asi hodinu odležet. Pak kapra grilujeme na rozpáleném roštu po obou stranách, celkem asi 13 minut, podle potřeby potřeme olejem, opékáme až do zlatohněda. Upečeného kapra rozdělíme na 4 až 5 porcí, na ně pak položíme kolečka petrželového másla, ozdobíme plátky citrónu a snítkami zelené petrželky. Podáváme s vařenými nebo opečenými brambory. Příprava petrželového másla : máslo třeme v misce, postupně vmícháme všechny přísady, pak je upravíme do tvaru válečků, zabalíme do alobalu a necháme v chladničce ztuhnout. Ztuhlé máslo nakrájíme na kolečka.

70. Ligurský kapr se žampiony

Kapr, 120 g másla, 400 g rajčat, 200 g žampionů, 2 cibule, 1/8 l červeného vína, 30 g hladké mouky, česnek, mletý pepř, zelená petržel, citrón, sůl

Kapra naporcujeme, osolíme, opeříme, obalíme v mouce a pečeme s jemně nakrájenou cibulí na másle. Pečené porce vyjmeme a do pánve vložíme na plátky nakrájené žampiony, ty podusíme a zalijeme vínem. Nakonec přidáme nakrájená oloupaná rajčata, nastrohaný česnek, pepř a sůl. Hotové porce polijeme omáčkou, nazdobíme petrželkou a kolečky citrónu a podáváme s vařenými brambory.

71. Kapr dušený (dietní)

250 g kapra, 4 g hladké mouky, 20 g másla, citrón, sůl

Porce kapra na hřbetě nařízeme, do zářezu vložíme plátky citrónu, osolíme, obalíme v hladké mouce, vložíme do teflonové pánve a podlijeme několika lžícemi vody a v troubě podusíme. Do vydušené šťávy přidáme máslo a podáváme s vařenými brambory nebo dušenou rýží.

72. Kapr v pergamenu (dietní)

250 g kapra, 20 g másla, sůl

Porce kapra osolíme, dobře zabalíme do pergamenového papíru a v předehřáté troubě zvolna dusíme. Měkkou rybu vyjmeme z pergamenu, přelijeme vypečenou šťávou a omastíme čerstvým máslem. Podáváme s vařenými brambory.

73. Kapr pečený na másle

4 porce kapra, 120 g másla, sůl, pepř, 4 lžičky pokrájené pažitky

Porce osolíme, natřeme máslem, posypeme pažitkou, ochutíme pepřem, zabalíme do alobalu a balíček 25 minut pečeme.

74. Kapr na cibuli

4 porce kapra, 4 cibule, 8 brambor, 120 g slaniny, sůl

Porce ryby osolíme, položíme na alobal, poklademe plátky syrových brambor, posypeme krájenou cibulí a zakryjeme tenkým plátkem slaniny. Zabalíme do alobalu a 30 minut pečeme.

75. Kapr se sýrem

4 porce kapra, 120 g tvrdého sýra, 120 g másla, 3 lžice sterilovaného hrášku, sůl

Porce osolíme, potřeme máslem a potřenou stranou položíme na alobal. Na maso nastroháme tvrdý sýr, přidáme sterilovaný hrášek, zabalíme do alobalu a 25 minut pečeme.

76. Královský kapr

4 porce kapra, 80 g tvrdého sýra, 4 velké plátky šunky, kyselá okurka, 80 g másla, sůl

Alobal potřeme máslem. Na plátky šunky položíme rybí řízky zbavené kůže a páteře. Osolíme je, posypeme strouhaným sýrem, přiložíme čtvrtky podélně rozkrájené kyselé okurky, zabalíme a asi 30 minut pečeme.

77. Kapr z Budapešti

4 porce kapra, 80 g másla, 40 g sardelové pasty, citrónová šťáva, pepř, sůl

Porce velmi jemně osolíme, máslo rozetřeme se sardelovou pastou, přidáme pár kapek citrónové šťávy, pepř a pomazánku na maso natřeme. Zabalíme do alobalu a pečeme 25 minut.

78. Kapr recepční

1,8 kg kapr, 150 g másla, 150 g slaniny, pepř, zázvor, sůl

Vnitřek kapra vyplníme rozškvařenou pokrácenou slaninou, povrch osolíme, okořeníme, potřeme změkklým máslem a zabalíme do alobalu. Pečeme 35 minut v balíčku, pak alobal rozevřeme a necháme ještě asi 15 minut dopékat.

79. Kapr panenský

4 porce kapra, 100 g másla, 100 g mandlí, sůl, mléko

Staženého porce kapra zalijeme mlékem a necháme přes noc v ledničce. Pak řízky osušíme, posolíme, natřeme máslem, obalíme ve strouhaných loupáných mandlích, zabalíme do alobalu a pečeme asi 20 minut.

80. Kapr „Budhův“

4 porce kapra, 50 g oříšků kešu, 50 g ořechových vlašských jader, 4 stroužky česneku, 2 lžíce strouhanky z dietních sucharů, 2 lžíce oleje, 2 lžíce pomerančové šťávy, půl lžičky pepře, sůl

Oříšky i ořechy semeleme, přidáme rozetřený česnek, strouhanku, olej, šťávu z pomerančů, pepř a sůl a promícháme v pastu. Na každou porci rozložíme přiměřené množství pasty, zabalíme do alobalu a pečeme 25 minut.

81. Pikantní kapří jikry

400 g kapřích jiker, 120 g másla, 12 žampionů, 120 g strouhaného sýra, 50 g strouhanky z dietních sucharů, sůl

Žampiony podusíme na másle, přidáme strouhanku, osolíme, promícháme s pokrácenými kapřími jikrami. Na alobal dáme asi 4 hromádky, které opatrně zabalíme a 20 minut pečeme.

82. Kapří biftečky

1 kg kapra, 3 lžíce krupice, 2 vejce, 5 lžíc strouhanky z dietních sucharů, půl lžičky pepře, půl lžičky papriky, sůl, kolečka salámu, plátky cibule, olej

Porce kapra položíme na rošt na ohřívání knedlíků (pařáček) a v páře udusíme do měkka, pak maso obereme z kostí, umeleme, na oleji osmahneme krupici a s ostatními přísadami, kromě salámu a cibule, ji k masu přidáme. Z kašoviny naděláme menší biftečky, které vkládáme mezi dvě kolečka salámu, přizdobíme cibulí, zabalíme do alobalu a pečeme asi 20 minut.

83. Silvestrovské sendviče

4 krajíce bílého chleba, 200 g kapřího masa, 2 tavené ementálské sýry (trojúhelníčky), půl lžičky pálivé papriky, 2 vejce, sůl, 100 g másla

Vařené, smažené, dušené nebo pečené kapří maso zbavíme kůže, kostí a na drobno pokrájíme. Přidáme strouhaný tavený ementál, vejce, papriku a sůl. Chleby nejprve natřeme máslem, pak zhotovenou pomazánkou, zabalíme do alobalu a pečeme asi 15 minut.

84. Kapr po moravsku

3 porce kapra, 3 lžíce oleje, 40 g másla, 3 vejce, 60 tvrdého sýra, sůl

Porce kapra osolíme, necháme asi půl hodiny odležet, pak je na rozpáleném oleji po obou stranách opečeme. Do rozkvedlaných vajec s nastrohaným sýrem přidáme trochu soli. Opečené porce přelijeme rozkvedlanými vejci a asi 5 minut zapečeme v horké troubě.

85. Kapr dušený na pepři a česneku

600 g naporcovaného kapra bez páteře, 3 stroužky česneku, mletý pepř, 300 g syrových brambor, 100 g cibule, 80 g másla, šťáva z jednoho citronu, zelená petržel, vývar z masoxu, sůl

Porce potřepe česnekem utřeným se solí a opepříme. Oloupané brambory a cibuli nakrájíme na tenké plátky. Větší zapékací misku vymažeme máslem a narovnáme do ní připravené porce kapra. Mezery mezi porcemi kapra vyplníme nakrájenými brambory a cibulí a pokrm zalijeme vývarem, aby porce kapra byly zcela potopeny. Povrch posypeme jemně usekanou zelenou petrželí, zakapeme citrónovou šťávou, zakryjeme pokličkou a dusíme v troubě asi 45 minut.

86. Kapří nákyp

300 g vykostěného kapřího masa, 30 g hladké mouky, 50 g másla, 4 dcl mléka, 4 lžíce strouhané housky, 1 vejce, citrónová šťáva, zelená petržel, sůl.

Kapra osolíme, vložíme do rendlíku, zakapeme citrónovou šťávou, podlijeme trochou vody a zvolna dusíme do měkka. Měkkého kapra vyjmeme a na masovém strojku umeleme. Z mouky a másla připravíme světlou jíšku, podlijeme ji studeným mlékem a za stálého míchání ji uvaříme do husta. Do připravené omáčky přidáme umletého kapra, jemně nakrájenou zelenou petržel, žloutek, část strouhané housky, osolíme, promícháme a teprve nakonec lehce vmícháme ušlehaný sníh z bílku. Připravenou hmotou naplníme zapékací misku vymazanou zbytkem másla a vysypanou druhou polovinou strouhané housky. Pokrm pečeme asi 30 minut v mírně přehřáté troubě a podáváme s maštěnými brambory a zeleninovým salátem.

87. Dušený kapr po indicku

4 porce kapra, cibule, 1 feferonka, 2 lžíce plnotučné hořčice, zázvor, kmín, karí koření, olej, sůl.

Feferonku jemně nakrájíme s cibulí a na oleji krátce osmažíme. Přidáme porce kapra, předem osolené, posypané kmínem, zázvorem, karí kořením a potřené hořčicí. Podlijeme vodou, zvolna dusíme do měkka, ochutíme citrónovou šťávou a podáváme s dušenou rýží.

88. Kapr po sicilsku

4 porce kapra po 200 g, 80 g rajčatového kečupu, 1/8 l bílého vína, 2 vejce, olivy, citrónová šťáva, olej, cukr, sůl.

Porce osušíme utěrkou a upečeme po obou stranách. Měkkou rybu vyjmeme, do pánve přidáme kečup, víno, trochu vody a necháme přejít varem. Podle chuti přidáme cukr a citrónovou šťávu. Na talířích přelijeme ryby připravenou omáčkou, ozdobíme kolečky nakrájených natvrdo uvařených vajec a olivou. Podáváme s vařenými brambory.

89. Kapr na česneku v alobalu

600 g kapra, 2 stroužky česneku, 30 g másla, sůl.

Porce kapra potřeme česnekem a osolíme. Alobal vymažeme máslem a potřeme česnekem, pak do něj vložíme připravenou rybu, dobře zabalíme a pečeme 30 minut v troubě. Příloha - bramborový salát.

90. Kapr vařený s citrónovým máslem

6 porcí kapra, mrkev, petržel, celer, 80 g másla, citrón, celý pepř, nové koření, bobkový list, cibule, sůl.

Nakrájenou cibuli a zeleninu s kořením vložíme do studené vody a přivedeme k varu. Pak přidáme osolené porce kapra a zvolna vaříme do měkka. V pánvi rozehtejeme máslo, přidáme šťávu z 1 citrónu a za stálého míchání přivedeme téměř k varu. Uvažené ryby na talíři přelijeme horkým citrónovým máslem, podáváme s vařenými brambory a zeleninovým salátem.

91. Kapr s uzeninou

4 porce kapra po 200 g, 4 velké plátky uzeniny (cikánská pečeně), 2 cibule, 50 g paprikované slaniny, lžička mleté sladké papriky, máslo, citrón, 3 rajčata, 3 zelené papriky, zelený hrášek, olej, sůl.

Porce kapra osolíme, posypeme paprikou, uprostřed nařizneme a vložíme do zářezu půl kolečka citrónu a plátek slaniny. Takto připravenou rybu vložíme do zapékací misky vymazané olejem, pokryjeme plátkem uzeniny, obložíme nakrájenou cibulí, rajčaty a paprikami a sterilovaným hráškem. Podáváme se smaženými brambory.

92. Kapr pečený s pikantní omáčkou

4 porce kapra po 200 g, mletý pepř, olej, sůl, na omáčku : 2 lžíce jemné hořčice, 15 g hladké mouky, 2 žloutky, 30 g másla, mletý pepř, citrón, 1/4 l vody, sůl.

Porce kapra opečeme na oleji a uložíme v teple. V hrnci smícháme vodu, hořčici, mouku, žloutky, přidáme sůl, pepř a šleháme ve vodní lázni až omáčka zhoustne. Pak přidáváme po částech kousky másla. Porce kapra obložíme dušenou rýží, přelijeme omáčkou a zdobíme plátky citrónu. **25**

93. Kapr po francouzsku

800 g kapra, 2 lžíce másla, 2 vařená vejce, citrón, zelená petržel, sůl, olej

Kapra osolíme, střed porcí z hřbetní strany nařizneme a vložíme kolečka citrónu. Porce opečeme na rozpáleném oleji. Na míse rybu ochutíme rozpuštěným máslem, posypeme nakrájenými vejci a petrželí. Podle chuti mírně opeříme. Podáváme s vařenými brambory a zeleninovým salátem.

94. Kapr po „orientálsku“ se žampióny

1 kg kapra, 200 g žampiónů, 3 zelené papriky, 3 rajčata, cibule, 1 dcl červeného vína, olej, 2 lžíce kečupu, mletý pepř, sůl

Porce kapra dáme na pánev s rozpáleným olejem a v předehřáté troubě do měkka upečeme. Na oleji osmahneme nakrájenou cibuli, papriku, žampióny a rajčata. Vše krátce podusíme, pak směs přidáme na porce kapra a osolíme. Ještě krátce dusíme a nakonec podlijeme červeným vínem. Podáváme s vařenými brambory nebo se slaným pečivem.

95. Kapr po anglicku

1200 g kapra, 4 dcl sladké smetany, 4 vejce, 40 g másla, 20 g cibule, lžička sardelové pasty, ocet, 3 lžíce nakrájené pažitky, 2 lžičky zelené petrželky, sůl

Kapra stáhneme, odstraníme páteř a nakrájíme na porce. Do litru vody dáme ocet, sůl, rybu vaříme 5 až 10 minut, pak kapra vyjmeme. Do smetany rozkvedláme žloutky, rozpuštěné máslo, nastrouhanou cibuli, sůl, pažitku, petržel a sardelovou pastu. Polovinu směsi nalijeme do zapékací misky, vložíme porce ryby a zalijeme druhou polovinou směsi, do níž jsme přidali sníh z bílků. Zapečeme v troubě asi půl hodiny. Podáváme s upečenými brambory.

96. Kapr po „Bengálsku“

4 porce kapra, 80 g tuku, lžička mletého zázvoru, lžička mleté sladké papriky, lžička karí koření, špetka mletého pepře, citrón, vejce, 100 g strouhané housky, sůl

Porce osolíme, posypeme směsí koření a pokapeme citrónovou šťávou. Jednotlivé porce namáčíme několikrát v rozšlehaném vejci, obalíme ve strouhané mouce a smažíme v rozpáleném oleji ze všech stran do zlatova. Podáváme s vařenými brambory.

97. Kapr po „Španělsku“

4 porce kapra po 200 g, 20 g hladké mouky, cibule, 3 lžíce oleje, 3 dcl bílého vína, lžička sladké mleté papriky, lžička mletého pepře, 50 g sloupnutých a nadrobno usekaných mandlí, 3 lžičky kaparů, mléko, tuk na smažení, sůl

Stažené porce kapra pokapeme citrónovou šťávou a osolíme. Drobně nakrájenou cibuli osmažíme v kastrole na oleji do zlatova, zaprášíme ji moukou, osmahneme, podlijeme vínem, osolíme, okořeníme a na mírném ohni asi 10 minut povaříme. Pak přidáme k omáčce mandle, nadrobno nakrájené kapary a ochutíme citrónovou šťávou. Připravené porce kapra vložíme nakrátko do mléka, pak je obalíme v mouce a v rozpáleném tuku upečeme ze všech stran do zlatohněda. Upečené porce naskládáme do ohnivzdorné misky, přelijeme mandlovou omáčkou, ještě krátce povaříme a ihned v misce porcujeme. Podáváme s vařenou rýží ochucenou máslem a se zeleninovým salátem.

98. Kapr po „Japonsku“

600 g vykostěného staženého kapra, lžíce škrobové moučky, 3 lžíce hladké mouky, půl lžíce vodky, 3 bílky, cibule, 2 zelené papriky, celer, tuk na smažení, na omáčku : 4 lžíce vína sherry, několik plátků celého zázvoru, 3 lžíce sójové omáčky, nastrouhaná ředkev, šálek vody, sůl

Kapra a celer nakrájíme na centimetrové plátky a papriku na širší nudličky. Z bílků, vína a vody připravíme těstíčko. Obalíme v něm porce ryby, plátky celeru, papriky a na tuku osmažíme do měkka. Podáváme s dušenou rýží. Jednotlivá smažená sousta namáčíme při stolování ve studené omáčce podávané v malém širším šálku. Omáčku připravíme smícháním jednotlivých přísad, můžeme ji také i povařit a zahustit škrobovou omáčkou.

99. Rožmberský kapří salát

500 g kapra, 250 g majolky, 150 g vařené mrkve, 150 g sladkokyselých okurek, 100 g sterilovaného hrášku, 5 malých cibulí, olej, cukr, sůl.

Kapra osolíme a po obou stranách opečeme na oleji, dobře osušíme, vychladlou rybu vykostíme, rozebereme na kousky, přidáme na kostičky nakrájenou mrkev, okurky, sterilovaný hrášek, cibuli nakrájíme na plátky. Podle chuti osolíme a spojíme majolkou.

100. Lečo s kaprem

4 porce kapra, 40 g oleje, na lečo : 100 g slaniny, 100 g cibule, 300 g paprik, 200 g rajčat, 2 stroužky česneku, zelená petržel, sůl.

Kapra osušíme a opečeme z obou stran na tuku do měkka, rybu rozebereme na větší kousky. Na nudličky nakrájenou slaninu rozpustíme na hlubší pánvi, přidáme na slabé plátky nakrájenou cibuli, krátce opečeme, vložíme na slabé proužky nakrájenou papriku, podusíme téměř do měkka, nakonec vložíme nakrájená rajčata. Pokrm ochutíme česnekem utřeným se solí a krátce ještě podusíme. Do podušené zeleniny přidáme rybu a vše prohřejeme. Podáváme s dušenou rýží.

101. Pudink z kapra

800 g kapřího masa, 80 g Hery, 2 vejce, 70 g tvrdého sýra, 2 žemle, 1 dcl mléka, strouhaná houska, lžička sardelové pasty, sůl.

Kapra podélně rozřízneme, vyjmeme páteř, vložíme do osolené vroucí vody a uvaříme do měkka. Uvařenou vykostěnou rybu umeleme na masovém strojkou současně se žemlí namočenou ve mléce. Tuk utřeme se žlutkem, sardelovou pastou, nastrouhaným sýrem, prolisovaným masem a podle potřeby strouhanou houskou. Z bílků ušlehaný sníh lehce vmícháme do směsi, kterou naplníme formu vymazanou tukem a vysypanou strouhanou houskou. Formu povážeme pergamenem a vložíme do většího pekáčku s vodou. Vaříme asi 3/4 hodiny. Podáváme se slaným bílým pečivem.

102. Šašlik z kapra

6 porcí kapra, 6 lžic oleje, 70 g slaniny, menší sterilovaná kapie, 3 cibule, 70 g másla, sladká mletá paprika, 3 lžíce drobně nakrájené zelené petržele, sůl.

Vykostěného, na menší kousky nakrájeného kapra, na kousky nakrájenou slaninu a na silnější kolečka nakrájenou cibuli posypeme sladkou mletou paprikou a napícháme střídavě na jehly. Za častého potírání olejem pečeme na pánvi s rozpáleným olejem. Při pečení šašliky stále obracíme. Měkké maso přeložíme na talíře, přelijeme rozehřátým máslem a ozdobíme proužky kapie. Podáváme se smaženými bramborovými hranolky.

103. Rybí ražniči

600 g kapra, 100 g anglické slaniny, 4 rajčata, rajčatový kečup, citrónová šťáva, olej, máslo, mletý pepř, sůl

Kapra nakrájíme na kousky, částečně je vykostíme, osolíme, opepříme a potřeme olejem. Slaninu nakrájíme na čtverečky, tvrdá rajčata na čtvrtky a střídavě napichujeme na jehly. Pokapeme citrónovou šťávou a grilujeme po všech stranách. Měkké porce rozdělíme na talíře, pokapeme citrónovou šťávou, rozpuštěným máslem a kečupem. Podáváme s opečenými brambory a zeleninovým salátem.

104. Kapří guláš

3/4 kg kapra, 50 g slaniny, lžíce másla, 100 g rajčat nebo kečupu, 100 g lusků papriky, lžička sladké mleté papriky, mletý pepř, lžička hladké mouky, cibule, 1/4 l sladké smetany, sůl

Kapra podélně rozkrojíme a vykostíme, osolíme a obalíme v mouce. Na malé kousky nakrájenou slaninu rozpustíme a opečeme na ní maso. Opečenou rybu vyjmeme a na zbylé slanině zpěníme na kolečka nakrájenou cibuli, zaprášíme paprikou a přidáme na silnější plátky nakrájená rajčata a na nudličky nakrájenou papriku. V připraveném základě dusíme kapří maso do měkka. Před skončením dušení zalijeme smetanou, krátce povaříme, přidáme nerozpuštěné máslo, dochutíme pepřem a solí a hned podáváme s vařenými brambory.

105. Kapr po „Řecku“ s houbami

Asi 1 kg kapra, 500 g malých cibulí, 250 g žampionů, 200 g rajčatového protlaku, 1/2 l bílého vína, 1/4 l vody, 2 bobkové listy, mletý pepř, sůl.

Naporcovaného kapra vložíme do hrnce, zalijeme vodou, přidáme cibulky, žampiony, lžici soli, rajčatový protlak, víno, bobkový list a pepř. Kapra zvolna vaříme na mírném ohni, aby se porce nerozvařily. Po uvaření uložíme do chladu a podáváme druhý den s bílým pečivem.

106. Kapr v zeleninové remuládě

600 g kapra, 50 g kyselé smetany, ocet, 100 g sterilovaného hrášku, sladkokyselá okurka, 150 g karotky, 50 g kořenové petržele, 80 g celeru, 150 g cibule, 150 g majonézy, cukr, sůl, pepř, nové koření.

Porce kapra zvolna uvaříme ve slané a octem okyselené vodě. Do majonézy přidáme, za stálého šlehání, smetanu a odvar z vařené kořenové zeleniny, do něhož jsme přidali při vaření celý pepř a nové koření. Přidáme sůl a cukr, necháme vychladnout, do studené omáčky přidáme na kolečka nakrájenou vařenou zeleninu, okurku, sterilovaný hrášek a na kolečka nakrájenou cibuli spařenou horkou vodou. Do marinády vložíme porce vařeného kapra a dáme do chladničky odležet. Podáváme s bílým pečivem.

107. Kapr po židovsku

6 porcí kapra po asi 200 g, 250 g cibule, 5 stroužků česneku, mletý pepř, 2 bobkové listy, 1/4 l bílého vína, 100 g hrozinek, 2 lžíce jemně nakrájené zelené petržele, kapří mlíčí, 70 g oleje, tymián, sůl.

Porce kapra osušíme, osolíme a opepříme. V kastrole zpěníme na oleji cibuli, přidáme jemně rozkrájený česnek, tymián, bobkový list, vložíme porce kapra, zalijeme vínem a vodou a přiklopené dusíme na mírném ohni asi půl hodiny. Až před dodušením kapra přidáme mlíčí, porce kapra a mlíčí vyjmeme, rybu vykostíme a srovnáme obojí do mísy. Vývar procedíme a cibuli prolisujeme sítem do vývaru a částečně jej vydusíme. Porce kapra v míse posypeme ve vodě povařenými hrozinkami, přelijeme připraveným vývarem a posypeme petrželí. Pokrm vychladíme v chladničce a podáváme s bílým pečivem.

108. Kapří míšenina v aspiku

5 porcí kapra, 1 l aspiku, 8 cibulek, 5 vajec, citrón, 3 tvrdá rajčata, 50 g majonézy, jemná hořčice, mletý pepř, hlávka salátu, sůl.

Celého kapra uvaříme ve slané a mírně okyselené vodě do měkka, pak jej vykostíme. Rosol rozehejeme na hustotu medu, nalijeme do misky, tu jím vypláchneme a aspik přelijeme do jiné nádoby. Do původní misky narovnáme kapří maso, dílky rajčat, nakrájená natvrdo uvařená vejce, na kostičky nakrájenou cibuli, hořčici, pepř a zbylý aspik a necháme ztuhnout. Jednotlivé porce zdobíme listy hlávkového salátu. Příprava aspiku : do hrnečku nasypane 60 g práškové želatiny, zalijeme ji 1/4 l studené vody, promícháme a necháme asi 1/2 hodiny bobtnat. Do 3/4 l studené vody přilijeme 2 dcl octa, osolíme, přidáme lžici krystalového cukru a povaříme asi 5 minut. Stáhneme z plotny, přidáme nabobtnalou želatinu a mícháme až se želatina rozpustí (nesmí se již vařit).

109. Halászlé z kapra

1,5 kg kapra, 120 g cibule, 20 g sladké papriky, 30 g soli, 2 feferonky.

Kapra rozpůlíme, nařežeme na porce široké asi 4 cm. Do hrnce dáme na dno nakrájenou cibuli, položíme porce ryby, které posypeme sladkou paprikou a osolíme. Pak dáme další vrstvu cibule a opět posypeme paprikou, nádobu naplníme vodou, přidáme feferonky, a vaříme asi 3/4 hodiny. Vývar scedíme a podáváme s vařenými porcemi kapra.

110. Halászlé na bajkalský způsob

1,5 kg kapra, 140 g cibule, 100 g rajčat, 40 g zelené papriky, 50 g červené papriky, 20 g soli, 120 g suchých těstovin.

Kapra rozkrájíme na asi 3 cm proužky a vaříme je ve 3 litrech vody společně s nakrájenou cibulí, rajčaty a zelenou paprikou.

Jakmile se rozvaří pěna, přidáme do vývaru červenou papriku a sůl a asi hodinu vaříme na silném ohni. Těstoviny povaříme zvlášť, propláchneme je studenou vodou a dáme do mísy do níž vlijeme vývar z ryby. Podáváme nejdříve vývar a potom uvařenou rybu.

111. Kapr po „Srbsku“

1,2 kg kapra, 50 g uzené slaniny, 1,8 kg brambor, 30 g soli, 5 dcl kyselé smetany.

Kapra po délce rozkrojíme, z vrchu nařežeme kůži asi po dvou centimetrech, potřeme solí a do zářezů vložíme drobné kousky slaniny. Ve slané vodě uvaříme brambory, pokrájené na kostky. Do další nádoby narovnáme brambory, na ně kapra, polijeme smetanou a pečeme do měkka.

112. Kapr s paprikou

1,5 kg kapra, 80 g sádla, 120 g cibule, 10 g červené mleté papriky, 100 g rajčat, 2 zelené papriky, 3 dcl kyselá smetana, 30 g mouky, sůl.

Maso kapra rozkrájíme na 1,5 cm široké proužky, potřeme je solí, přidáme nastrohanou cibuli. Po několika minutách smažení posypeme paprikou a zamícháme, přidáme rozkrájená rajčata a na kolečka pokrájené zelené papriky. Podlijeme malým množstvím vody a dusíme. Ve smetaně rozkvedláme mouku, když je kapr měkký, nalijeme ji na něj. Krátce povaříme a podáváme s haluškami.

113. Kapr smažený v těstíčku

1,2 kg kapra, 150 g hladké mouky, 150 g másla, 3 vejce, mléko, sůl.

Kapra rozpůlíme a osolíme. Do mléka rozkvedláme vejce a tolik mouky, aby vzniklo těstíčko jako na řídké kapání. Rybí řízky dvakrát namáčíme v těstíčku a hned smažíme na rozpáleném máse. Podáváme s bramborovým salátem.

114. Dušený kapr na karí koření

4 porce kapra po 200 g, 2 cibule, 2 stroužky česneku, 3 rajčata, 3 lžíce másla, lžička karí koření, mletý muškátový oříšek, zázvor, sůl.

Porce kapra osolíme. Jemně nakrájenou cibuli osmažíme na máse dozlatova, přidáme česnek utřený se zázvorem. Pak přidáme na malé kousky nakrájená rajčata a za stálého míchání přidáme další koření. Do této směsi vložíme porce kapra. Polovinu směsi klademe na povrch ryb. Podlijeme asi 4 lžičkami vody a na mírném ohni asi 12 minut dusíme. Porce ryby obrátíme a dusíme ještě asi 8 minut. Vhodnou přílohou je vařená rýže nebo opečené brambory.

115. Kapr na víně po „Polsku“

800 g kapra, 200 g kořenové zeleniny, cibule, 120 g másla, citrón, 2 dcl bílého vína, bobkový list, 5 zrn celého pepře, 2 kuličky nového koření, zelená petržel, sůl.

Kapra rozdělíme na čtvrtiny, osolíme a necháme krátce odležet, zatím nakrájíme nadrobno cibuli, kořenovou zeleninu na nudličky, přidáme část másla a vše podusíme na pánvi do poloměkka. Na podušenu zeleninu poklademe připravené porce kapra, zbytek másla, koření, víno a šťávu z poloviny citrónu a asi 1/4 hodiny dusíme. V průběhu dušení podléváme vínem. Měkkou rybu vyjmeme, rozdělíme i se zeleninou na talíře a podáváme s brambory dušenými na máse a posypeme nadrobno nakrájenou petrželkou.

116. Kapr po „moskevsku“

500 g vykostěného kapra, 40 g oleje, 250 g vařených brambor, 4 lžíce sladké smetany, 2 žloutky, 40 g strouhaného tvrdého sýra, 30 g strouhané housky, zelená petržel, mletý pepř, hladká mouka, sůl, na omáčku : 40 g másla, 50 g hladké mouky, citrónová šťáva, sůl

Vykostěného staženého kapra nakrájíme na asi 5 plátků, osolíme, opepříme, poprášíme po obou stranách moukou a na rozpáleném oleji opečeme téměř do měkka. Zapékací misku vymažeme máslem, vložíme částečně opečené ryby a kolem nich rozložíme na kolečka nakrájené, ve slupce uvařené, oloupané brambory. Pokrm zalijeme omáčkou do níž jsme zamíchali smetanu se žloutky. Povrch pokrmu posypeme strouhanou houskou, jemně nastrouhaným sýrem, pokropíme máslem a v předehřáté troubě asi 10 minut zapečeme. Podáváme sypané drobně usekanou zelenou petrželkou. Příprava omáčky : z másla a mouky připravíme světlou jíšku, postupně ji podléváme studeným vývarem a přikapáváme citrónovou šťávou. Osolíme a za stálého míchání zvolna vaříme asi půl hodiny.

117. Kapr po „Maďarsku“

Asi 1,5 kg kapra, 3/4 kg brambor, 100 g másla, 3 tvrdá rajčata, 2 zelené papriky, cibule, mrkev, 60 g slaniny, 3 dcl smetany, lžíce sladké papriky, sůl

Oloupané brambory nakrájíme na slabší plátky, vložíme do většího pekáčku na rozpuštěné máslo, osolíme a v troubě opečeme do poloměkka. Částečně zapečené brambory poklademe vrstvou nakrájené zeleniny, dále poklademe porce kapra. Každou porci předem protáhneme nudličkami slaniny a obalíme v mouce promíchané se sladkou paprikou. Vše zalijeme smetanou a v předehřáté troubě zapečeme do měkka.

118. Kapr po vídeňsku

6 asi 200 g porcí kapra, 80 g slaniny, 100 g sladkokyselých okurek, 10 g kaparů, 20 g másla, 2 dcl kyselá smetana, lžice jemné hořčice, 50 g tvrdého sýra, citrón, sůl.

Porce kapra osolíme a zakapeme citrónovou šťávou. Zapékací misku vymažeme máslem, vložíme porce kapra, přelijeme rozmíchanou smetanou a poklademe plátky nakrájené slaniny. Pak potřeme pokrm hořčicí, posypeme jemně nakrájenou cibulí, drobně nakrájenými okurkami a kapary. Nakonec pokrm přelijeme rozkvedlanou smetanou a posypeme nastrouhaným sýrem. Zapečeme v předehřáté troubě a podáváme s vařenými brambory.

119. Opékaný kapr s kapary

250 g kapra, 10 g rostlinného tuku, 10 g oleje, 10 g citrónové šťávy, 10 g kaparů, sůl, pepř.

Osušenou porci kapra opeříme, osolíme, opékáme po obou stranách na rozpáleném oleji a přeložíme na nahřátý talíř. Olej od opékání slijeme, na pánvičku přidáme rostlinný tuk a kapary, osmahneme je a nalijeme na porci kapra. Kapra přelijeme citrónovou šťávou a podáváme s vařenými brambory.

120. Kapr s jogurtovou majonézou

250 g kapra, citrón, sůl, na majonézu : 100 g bílého jogurtu, 10 g oleje, 20 g cibule, 10 g kyselá okurky, pažitka, pepř

Porci kapra osolíme, několikrát nařízneme na vrchní straně a do zářezů vložíme plátky citrónu, grilujeme po každé straně asi 4 minuty, přendáme na předehřátý talíř a přelijeme jogurtovou majonézou. Majonéza : půl bílého jogurtu rozmícháme s olejem, přidáme drobně sekanou cibulku, kyselou okurku a pažitku. Podle chuti osolíme a opeříme.

121. Kapr po „Ukrajinsku“

1 kg kapra, 100 ml oleje, 30 g hladké mouky, 40 g cibule, 30 g másla, lžice octa, 20 g cukru, 3 hřebíčky, 3 zrnka nového koření a pepře, 2 bobkové listy, malá feferonka, sůl, petrželka.

Porce kapra osolíme, posypeme kořením, obalíme v mouce a po obou stranách na oleji opečeme. Cibuli nakrájíme na kolečka a polovinu jí osmažíme na másle. Pak přidáme další koření a feferonku, cukr, ocet a druhou polovinu cibule. Vše zalijeme asi 300 ml vody, vložíme porce kapra a ještě dusíme. Hotový pokrm posypeme sekanou petrželkou a podáváme s opečenými brambory.

122. Kapr rožmberský

4 porce kapra, lžička pepře, lžička kmínu, lžička soli, 3 stroužky česneku, 150 g strouhanky z dietních sucharů, 3 žloutky, máslo na smažení, 50 g hladké mouky

Jednotlivé porce zbavíme kůže i páteře a osolíme je. Hladkou mouku smícháme s tlučeným kmínem a pepřem, česnek utřeme a rozmícháme se žloutky. Řízky obalíme nejprve v okořeněné mouce, pak ve žloutcích, ve strouhance z dietních sucharů a nakonec na másle usmažíme.

123. Kapr pečený

Asi 2 kg kapra, 100 g másla, cibule, špetka tymiánu, 10 zrněk pepře, lžice octa, 2 dcl kyselá smetana, sůl

Nasoleného kapra položíme na máslem vymaštěný pekáč. Přidáme pokrájenou cibuli, tymián, pepř, vodou rozředěný ocet a za občasných podlévání kyselou smetanou ho vcelku opečeme. Vyndáme na mísu, omáčku procedíme a přidáme k rybě, přílohou jsou vařené brambory.

124. Kapr ALI BABA

4 porce kapra, 300 g cibule, sůl, pepř, hladká mouka, olej

Kapra stáhneme, odstraníme páteř a naporcujeme. V drobně nakrájené cibuli obalíme porce a v uzavřené misce ponecháme 1 den v chladu. Pak cibuli odstraníme, maso osušíme, osolíme, obalíme v mouce a usmažíme na másle. Podáváme s vařenými brambory.

125. Nebeský kapr

4 porce kapra, 100 g celeru, 50 g petržele, 2 kyselé okurky, 1 dcl bílého vína, 1 dcl nálevu z kyselých okurek, lžice bramborové mouky, 5 zrněk nového koření, bobkový list, špetka muškátového květu, sůl

Nastrouháme kořenovou zeleninu, přidáme víno, nálev, koření, sůl a vaříme asi 15 minut. Pak omáčku protřeme přes síto, rozředíme vodou a udusíme v ní porce kapřího masa. Nakonec podlijeme trochou vody s rozmíchanou bramborovou moukou a přidáme pokrájené okurky.

126. Pikantní kapr

Půlka kapra, 100 g králičího vyškvařeného sádla, sůl, 2 dcl octa, 3 dcl vody, 20 zrněk pepře, 2 cibule, špetka cukru

Půlku kapra potřeme z obou stran sádlem, vydatně osolíme a po obou stranách do červena prudce opečeme. Ocet svaříme s vodou, strouhanou cibulí a pepřem, osolíme a přisladíme, horký roztok nalijeme na rybu a necháme v chladu 1 den. Pak nálev slijeme, odstraníme zbytky ztuhlého sádla, rybu přendáme na mísu, ozdobíme kolečky syrové cibule a podáváme.

127. Kapr nasladko

2 kg kapra, 500 g cibule, 150 g kořenové zeleniny, 100 g cukru, 50 g hrozinek, 50 g mandlí, 40 g želatiny, 3 lžice citrónové šťávy, pepř, sůl

Z pokrájené kořenové zeleniny, cibule, kapří hlavy, a soli připravíme vývar. Porce ryby rozložíme na pekáček, část vývaru zalijeme a udusíme. Oba zbylé vývary procedíme, přidáme pepř, hrozinky, oloupané pokrájené mandle, cukr, citrónovou šťávu a krátce povaříme. V odstaveném vývaru rozpustíme želatinu, směs rozlijeme na rybu a necháme ztuhnout.

128. Kapr po Staropolsku

2 kg kapra, 300 g kořenové zeleniny, 100 g másla, 50 g hrozinek, 50 g mandlí, 50 g hladké mouky, 30 g cukru, 3 lžice citrónové šťávy, 1 dcl červeného vína, sůl, pepř

Z hlavy a pokrájené kořenové zeleniny uvaříme vývar z asi 1 l vody, pak ho přecedíme, zahustíme jíškou z másla a mouky, opepříme, osolíme, pokapeme citrónovou šťávou a přidáme víno, obarvíme zkaramelizovaným cukrem, přidáme oloupané pokrájené mandle, hrozinky a nakonec rozporcovanou rybu, kterou v omáčce do měkka dusíme.

129. Kapří menu

Asi 2 kg kapra, 150 g kořenové zeleniny, 50 g cibule, 1 dcl sladké smetany, žloutek, sůl, špetka muškátového květu, zelená petržel, 100 g másla, 50 g strouhaného křenu

V kastrolu přivedeme litr vody do varu, vložíme kapra, pokrájenou cibuli a kořenovou zeleninu. Vaříme do měkka. Pak rybu vyjmeme, upravíme na mísu, polijeme rozpuštěným máslem a posypeme strouhaným křenem a podáváme s vařenými brambory. Polévku procedíme, ochutíme muškátovým květem, zakvedláme smetanou se žloutkem, a podáváme s pokrájenou zelenou petrželkou.

130. Smažený kapr v pивním těstíčku

1 kg kapra, 2 vejce, 2 lžíce oleje, 100 g mouky, pivo, olej, citrón, sůl.

Porce kapra osolíme a necháme v chladu asi hodinu odležet. Smícháme žloutky s olejem a moukou a přidáme pivo - tolik, aby těstíčko bylo přiměřeně husté - a nakonec vmícháme sníh z bílků. Osušené porce ryby namáčíme v tomto těstíčku a po obou stranách smažíme na rozpáleném oleji. Podáváme s vařenými brambory ozdobené kolečky citrónu.

131. Kapr chung-šao

200 g porce kapra, olej, 2 lžíce sójové omáčky, 3 lžíce masového vývaru, lžíce červeného dezertního vína, 50 g šunky, 1 pórek, 50 g máčených tvrdých hub, 2 stroužky česneku, glutasol, cukr, zázvor, škrobová moučka.

Porci nařízneme několika podélnými řezy. Mírně poprášíme škrobem a dáme marinovat na půl hodiny do sójové omáčky. Pak kapra opečeme na středním ohni po obou stranách, slijeme olej, maso podlijeme vývarem, přidáme sójovou omáčku, víno, plátky česneku, na nudličky nakrájenou šunku, na slabší kolečka nakrájený pórek a menší kousky hub. Ochutíme trochou sójové omáčky, vínem, cukrem, zázvorem, glutasolem a osolíme. Zalijeme trochou oleje a pod pokličkou na mírném ohni podusíme do měkka. Porci kapra přendáme na talíř, přelijeme vypečenou šťávou a přidáme ostatní současně dušené přísady.

132. Kapr liu

200 g porce kapra, bílek, lžíce máčeného škrobu, 3 lžíce oleje, 4 stroužky česneku, 1 dcl rybího vývaru, lžíce červeného dezertního vína, lžička glutasolu, olej, pórek.

Kapra po délce rozpůlíme, stáhneme a vykostíme, nakrájíme na tenké plátky, které promícháme s bílkem, solí a škrobem. V mírně rozpáleném oleji osmažíme. Na čisté pánvi zahřejeme trochu oleje, přidáme na plátky nakrájený pórek, česnek a zalijeme vývarem. Ochutíme vínem, glutasolem a osolíme. Promícháme a přidáme porce kapra a pomalu podusíme. Zahustíme máčeným škrobem a zakápneme horkým olejem.

133. Kapr s kari kořením

200 g plátků kapra, bílek, lžíce máčeného škrobu, sůl, olej, cibule, 100 g zeleného hrášku, lžička kari koření, rybí vývar, lžíce červeného dezertního vína, 2 lžíce sádla, půl lžičky glutasolu, sůl, máčený škrob.

Plátky kapra promísíme s bílkem, škrobem a solí. Na mírném ohni osmažíme jen do světlé barvy a odstavíme. Do rozpáleného sádla vložíme na kostičky nakrájenou cibuli a zelený hrášek, po zpěnění přidáme kari koření, zalijeme vývarem, ochutíme vínem, glutasolem a osolíme. Dobře promícháme a přidáme plátky kapra, krátce podusíme a podle potřeby zahustíme máčeným škrobem.

134. Kapr po moravsku

400 g kapra, 40 g tvrdého sýra, 2 lžíce oleje, lžička másla, zelená petržel, sůl, 2 vejce

4 menší porce osolíme a na rozpáleném oleji po obou stranách upečeme. K rozšlehaným vejcím přidáme jemně nastrohaný sýr a usekanou petrželku. Máslem vymažeme zapékací misku, vložíme porce kapra, zalijeme rozšlehaným vejcem a v troubě prudce zapečeme. Podáváme s vařenými brambory.

135. Kapr po Vodňansku

1/4 kg kapra, 30 g másla, kmín, sůl, citrón.

Na pánvi rozpustíme máslo a vložíme na ní porce kapra, posypeme kmínem a po obou stranách opečeme. Podáváme pokapané citrónovou šťávou a s bramborovou kaší.

136. Dietní kapr po Maďarsku

250 g porce kapra, 2 lžíce oleje, 40 g cibule, 2 lžíce hladké mouky, 100 g tvrdých rajčat, 2 stroužky česneku, zelená petržel, sůl.

Porci obalíme v mouce a na rozpáleném oleji opečeme po obou stranách, přidáme jemně nakrájenou cibuli a česnek, na malé kousky nakrájená rajčata a usekanou zelenou petrželku. Asi 3 minuty ponecháme na prudkém ohni, pak zvolna dodusíme a podáváme s vařenými brambory.

137. Kapr zapečený v bešamelu

1/4 kg kapra, 20 g másla, 2 lžičky hladké mouky, 4 lžíce mléka, vejce, tuk, vývar z kostí, sůl

Z mouky a másla připravíme světlou jíšku, zředíme ji vývarem z kostí, nebo horkou vodou a dobře provaříme. Po částečném prochlazení vmícháme vejce. Porce kapra osolíme, vložíme do tukem vymazané zapékací misky, zalijeme připraveným bešamelem a zapečeme v mírně horké troubě. Před podáváním posypeme povrch pokrmu drobně nakrájenou pažitkou, přílohou jsou maštěné vařené brambory.

138. Kapr s paprikami

3/4 kg kapra, 40 g sádla, 60 g cibule, 50 g rajčat, 2 zelené papriky, 1,5 dcl kyselá smetana, 20 g hladké mouky, sladká mletá paprika, sůl

Rybu nakrájíme na proužky asi 2 cm široké, jednotlivé proužky osolíme, posypeme paprikou, přidáme nastrouhanou cibuli, zamícháme a krátce osmažíme. Pak podlijeme trochou vroucí vody a krátce podusíme. Přidáme nakrájená rajčata, nakrájené papriky a dusíme až ryba změkne. Do smetany rozmícháme mouku a nalijeme ji na měkkého kapra. Krátce zvolna povaříme. Podáváme s vařenými brambory nebo smaženými hranolky.

139. Kapr na hříbkách

1 kg kapra, 1 dcl oleje, 80 g cibule, 1/4 kg čerstvých hříbků, 200 g paprik, mletý pepř, 200 g rajčat, 8 lžic kečupu, 2 dcl červeného vína

Porce kapra osušíme, osolíme a zprudka opečeme na oleji. Opečené porce vyndáme a na zbytku oleje zpěníme na kolečka nakrájenou cibuli, houby a na plátky nakrájenou papriku. Směs osolíme, opepříme a přidáme na čtvrtky nakrájená rajčata, vše zalijeme kečupem, krátce podusíme a do směsi vložíme porce kapra. Zalijeme vínem a dusíme asi 10 minut. Podáváme s vařenými brambory.

140. Kapr s rajčaty a paprikou

1 kg kapra, šťáva z 1 citrónu, 2 lžíce hladké mouky, 2 lžíce mleté sladké papriky, olej, 1/4 kg cibule, 1/2 kg paprik, 1/2 kg rajčat, sůl, 4 dcl kysané smetany

Porce osušíme, pokapeme citrónovou šťávou a necháme asi 1/2 hodiny odležet. Pak porce osolíme, obalíme v hladké mouce s mletou paprikou a opečeme dozlatova na oleji. Opečené porce vyndáme na mísu. Cibuli nakrájíme na kolečka, papriku na malé kostičky a spařená oloupaná rajčata na čtvrtky. Na oleji podusíme cibuli do sklovita a přidáme zeleninu. Dochutíme solí a přidáme zbytek mouky a mleté papriky. Vše zalijeme kysanou smetanou a zamícháme. Tuto směs přelijeme do varné mísy, přidáme porce kapra a v troubě zapečeme. Přílohou jsou opečené brambory.

141. Kapr pečený s jablky a křenem

1 kg kapra, sůl, 100 g křenu, 300 g jablek, citrónová šťáva, , 1 dcl bílého vína, 100 strouhanky, 1 dcl oleje

Porce kapra osolíme a vložíme do kastrolu. Na porce nasypeme nastrouhaná jablka promíchaná s nastrouhaným křenem, pokapeme citrónovou šťávou a zalijeme vínem. Necháme 3 hodiny odležet v chladu, porce vyjmeme, obalíme ve strouhance a na oleji dozlatova opečeme. Na porce navrstvíme křen s jablky a šťávou a ještě chvíli pečeme. Podáváme s vařenými brambory.

142. Kapr podle Petra Voka

1 kg kapra, 150 g slaniny, sladká paprika, 25 g česneku, sůl, mletý pepř, kapie, olej, petrželka

Porce kapra prošpikujeme kousky slaniny, posypeme paprikou, potřeme česnekem rozetřeným se solí, opepříme a opečeme na oleji na pánvi pod pokličkou za občasného podlití horkou vodou. Opečené porce na talíři posypeme usekanou petrželkou a na proužky nakrájenou kapií. Podáváme s vařenými brambory.

143. Kapr s ořechy

4 porce kapra, cibule, lžíce hladké mouky, 2 lžíce mletých ořechů, lžička cukru, 50 g kořenové zeleniny, 1 dcl smetany, 2 lžíce oleje, sůl.

Kapra stáhneme a nakrájíme na podkovy. Kořenovou zeleninu a cibuli nastrouháme, osmahneme na oleji, podlijeme vodou a rozvaříme.

Pak porce kapra v této omáčce udusíme. Před koncem dušení přilijeme smetanu v níž jsme rozmíchali mouku, mleté ořechy, cukr a pět minut ještě ponecháme v mírném varu.

144. Kapr na smetaně

Asi kilogramová půlka kapra, 1/2 kg brambor, 100 g cibule, 100 g uzeného bůčku, 3 stroužky česneku, sladká paprika, sůl, 3 lžíce rajského protlaku, 3 lžíce oleje, 2 dcl smetany.

Půlku staženého kapra prošpikujeme nudličkami uzené slaniny, potřeme ustrouhanou cibulí, dobře osolíme a poprášíme paprikou. Ještě nedovařené brambory pokrájíme na kolečka, osolíme a s kolečky cibule rozložíme na dno olejem vymazaného pekáčku v němž je do červena opečeme. Přidáme rybu, zalijeme smetanou v níž jsme rozkvedlali protlak a ještě asi 20 minut pečeme.

145. Kapr burgundský

4 porce kapra, 2 dcl burgundského vína, sůl, cibule, bobkový list, špetka tymiánu, špetka bazalky, petrželová nať, 50 g másla, lžíce hladké mouky, sardelka, lžíce kapar

Při kuchání kapra zachytíme do trochy vína krev, každou porci osolíme a necháme v chladu asi 2 hodiny odležet. Pak jej udusíme s cibulí pokrájenou na kolečka a kořením. Maso vyndáme, omáčku procedíme, přidáme víno s krví, máslo obalené v mouce, rozsekanou sardelku a kapary. Vše svaříme a nalijeme na rybu.

146. Plněný kapr

2 kg kapra, 1/4 kg cibule, 1dcl oleje, 2 lžíce rajského protlaku, lžička pálivé papriky, sůl

Kapra rozřízneme podél hřbetu od hlavy k ocasu, odstraníme vnitřnosti, páteř a žábry, vnitřek ryby osolíme. Cibuli nadrobno pokrájíme, dozlatova usmažíme na oleji, kapra jí naplníme a zašijeme. Do zbytku oleje od smažení cibule přidáme papriku, sůl a protlak. Připravenou kašičkou kapra celého potřeme a upečeme.

147. Kapr na vinné omáčce

4 porce kapra, 6 lžic oleje, 50 g pšeničné mouky, lžíce bramborové mouky, 1 dcl červeného vína, 1/2 dcl citrónové šťávy, cibule, cukr, sůl, bobkový list.

Osolené porce obalíme v pšeničné mouce a prudce osmažíme na oleji. Přendáme je do hlubšího kastrolu a na oleji, v němž jsme rybu pekli, osmahneme pokrájenou cibuli. Přidáme k ní víno, citrónovou šťávu, drcený bobkový list, podle chuti cukr, případně i sůl, v několika lžících studené vody rozmíchanou bramborovou mouku, omáčku necháme přejít varem, vlijeme ji na rybu a chvíli prohříváme.

148. Kapr postní

4 porce kapra, sůl, pepř, muškátový květ, cibule, petrželová nať, lžíce strouhaného křenu, pažitka, 1 dcl smetany, 2 žloutky, 1 dcl vína .

Stažené porce kapra zbavené páteře osolíme, okořeníme a dusíme na víně s pokrájenou cibulí, petrželovou natí, pažitkou a ustrouhaným křenem. Jakmile maso změkne, tak je vyndáme, omáčku procedíme, svaříme se smetanou, odstavíme, zakvedláme žloutky, nalijeme na rybu a hned podáváme.

149. Kapr s rýží

2 kg kapra, 1/4 kg rýže, 100 g sádla, 2 dcl smetany, 2 zelené papriky, 5 rajčat, sůl

Rýži uvaříme do poloměkka a rozložíme na polovinou sádla vymaštěný pekáč. Porce kapra bez kůže a bez páteře osolíme a narovnáme na rýži. Pokrájíme papriky a rajčata a dáme na kapra. Vše zalijeme smetanou, v níž jsme rozmíchali papriku, rozpuštěný zbytek sádla a asi půl hodiny pečeme.

150. Kapr modrák

4 porce kapra, šťáva ze 2 citrónů, 2 lžíce pokrájené petrželky, 2 vejce, strouhanka, olej

Staženého kapra zbaveného páteře rozporcujeme, osolíme, vydatně zakapeme citrónovou šťávou, posypeme petrželovou natí a hodinu necháme v ledničce odležet. Pak porce obalíme v rozšlehaném vejci, strouhance a znovu ve vejci a strouhance. Smažíme v oleji, podáváme se zeleninovým salátem.

151. Gruzínský kapr

4 porce kapra, mrkev, cibule, petržel, lžíce octa, sůl, na omáčku : 50 g vlašských ořechů, 5 lžic mléka, 5 lžic oleje, 5 stroužků česneku, lžíce citrónové šťávy, sůl, cukr

Porce kapra s pokrájenou zeleninou podusíme v osolené vodě, pak ji vyndáme, očistíme od zeleniny, dáme na talíře a zalijeme omáčkou. Omáčka : strouhané ořechy rozmixujeme s utřeným česnekem a všemi ostatními přísadami. Podáváme studené.

152. Smažené kapří mlíčí

500 g kapřího mlíčí, sůl, hladká mouka, vejce, strouhanka, olej

Mlíčí vypereme ve vlažné vodě, nakrájíme na větší kousky, povaříme ve slané vodě. Vychladlé mlíčí obalíme v hladké mouce, v osolených rozšlehaných vejcích a ve strouhance. V rozeřátém oleji osmažíme dorůžova. Podáváme s tatarskou omáčkou.

153. Ukrajinské kapří závitky

4 porce kapra, 200 g vařeného uzeného bůčku, cibule, mrkev, pepř, sůl, křen

Porce zbavíme kůže a větších kostí, osolíme, opepříme, posypeme strouhanou mrkví a strouhanou cibulí, do středu vložíme hranolek bůčku, svineme do závitku, převážeme obinadlem z gázy a na pařáku v páře asi 30 minut dusíme, pak gázu odstraníme. Závitky podáváme se strouhaným křenem a bílým pečivem.

154. Uzbecký kapr s jikrami

4 porce kapra, 200 g kapřích jiker, 3 dcl šťávy z rajčat, salátová okurka, lžíce pokrájené celerové a petrželové natě, sůl, olej

Porce kapra bez kůže a větších kostí namočíme přes noc do rajské šťávy. Jikry uvaříme v osolené vodě, když se rozpadnou přecedíme je. Hliněný pekáček vytřeme olejem, uložíme do něj usušené a posolené porce, posypeme je jikrami, obložíme kolečky okurky a rajčaty pokrájenými na tenké plátky, zaspeme natí, zakapeme olejem, podlijeme 4 lžícemi rajčatové šťávy v níž jsme maso marinovali, pekáček zakryjeme a pečeme asi 20 minut.

155. Kapr ve vinném těstíčku

1,5 kg kapra, sůl, 4 vejce, 1 dcl bílého vína, 1/4 kg hrubé mouky, olej

Porce kapra bez kůže a velkých kostí osolíme. Z vajec, vína a mouky a trochy soli připravíme těstíčko, v němž každou porci smočíme a na horkém oleji do zlatova usmažíme.

156. Zapékaný kapr

4 porce kapra, lžíce bramborové mouky, sůl, 1/2 kg brambor, 100 g cibule, 1 dcl smetany, 2 vejce, 3 dcl oleje

Stažené půlky kapra bez velkých kostí osolíme a poprášíme moukou a na oleji opečeme. Kapra vyndáme a opečeme kolečka brambor a cibule. Do mísy narovnáme půlky kapra, obložíme brambory a cibulí, vše zalijeme v osolené šlehačce rozšlehanými vejci a troubě zapečeme.

157. Zapečený kapr se sýrem

4 porce kapra, 100 g másla, 100 g čerstvých žampionů, 100 g tvrdého sýra, sůl

Stažené porce kapra bez větších kostí osolíme, vložíme do máslem vymazaného pekáčku, posypeme pokrájenými žampiony, strouhaným sýrem, pokapeme rozpuštěným máslem a asi 15 minut zapékáme.

158. Kapří kari

4 porce kapra, 2 lžíce solamylu, 50 g másla, cibule, 1 dcl masového vývaru, lžíce bílého vína, bílek, lžička karí koření, sůl, 100 g sádla.

Vykostěného kapra osolíme, poprášíme solamylem, obalíme v rozšlehaném bílku a na rozpáleném sádle prudce opečeme. V kastrolu smícháme strouhanou cibuli s karí, vínem a vývarem, v němž jsme rozpustili půl lžičky solamylu. Za stálého míchání krátce povaříme a do omáčky vložíme opečené porce, prohřejeme a podáváme.

159. Kapr s olivami

Půlka kapra, 1/2 kg rajčat, 15 oliv, lžička tymiánu, petrželová nať, lžíce mouky, 1 dcl oleje, sůl.

Maso osolíme a necháme asi 1/2 hodiny v chladu, pak ho obalíme v hladké mouce a prudce opečeme na oleji, maso vyndáme, olej z větší části slijeme a do zbytku přidáme vypeckované olivy a nakrájená rajčata bez jader. Ochutíme tymiánem, osolíme a 10 minut podusíme. Rybu upravíme na ohnivzdornou mísu, navrstvíme na ní zeleninu, vložíme asi na 5 minut do přehřáté trouby a podáváme zdobené petrželkou.

160. Nákyp z kapra

700 g kapra, 50 g másla, 50 g hladké mouky, 2 dcl mléka, 50 g ementálu, 4 vejce, pepř, muškátový oříšek, sůl, olej, strouhanka .

Maso podusíme na části másla, zbavíme kůže, vykostíme a umeleme. Ze zbylého másla a mouky připravíme světlou jíšku, zalijeme ji studeným mlékem a zvolna přivedeme k varu. Po zhoustnutí omáčku odstavíme a po vychladnutí do ní přidáme mleté rybí maso, žlutky, strouhaný ementál, koření a sůl. Nakonec vmícháme tuhý sníh z bílků, vše vlijeme do olejem vymazané a strouhankou vysypané formy a vaříme asi hodinu v páře. Nákyp podáváme s rajskou omáčkou nebo jen politý rozpuštěným máslem.

161. "Bigosz" z kapra

800 g kapra, 600 g hlávkového zelí, 50 g cibule, 50 g slaniny, 50 g sádla, 100 g čerstvých hub (nejlépe lišek), lžíce hladké mouky, 2 jablka, 3 dcl silného masového vývaru, lžíce rajského protlaku, pepř, lžíce octa, cukr, sůl.

Rybu stáhneme, vykostíme, pokrájíme na kostičky a osolíme. Zelí nastrouháme, přelijeme vroucí vodou, zalijeme vývarem, přidáme pokrájené houby, cibuli a vaříme 20 minut. Maso opepříme, obalíme v mouce, osmažíme na sádle a rozškvařené slanině, přidáme k zelí spolu s oloupanými a pokrájenými jablky a dusíme dalších 15 minut. Zahustíme jíškou připravenou na sádle a slanině zbylé od smažení masa, dochutíme protlakem, přisladíme, popř. přikyselíme a dosolíme.

162. Kapr Hilton

1,5 kg kapra, 3 dcl bílého sektu, 300 g karotky, 100 g zelených fazolek, pórek, celerová nať, cibule, 150 g másla, 2 dcl sladké smetany, pepř, sůl.

Kapra rozřízneme na hřbetě, odstraníme páteř a tímto otvorem ho vykucháme a odstraníme žaberní oblouky. Fazolky, karotku a pórek pokrájíme na malé kousky, osolíme, opepříme, osmahneme na polovině másla, kapra touto nádivkou naplníme a zašijeme. Osolíme, posypeme nastrouhanou cibulí, dáme do pekáčku vymaštěného zbytkem másla, podlijeme sektem a půl hodiny pečeme. Pak kapra přendáme na mísu, omáčku povaříme, zakvedláme do ní smetanu, přelijeme do omáčnicku a rybu s ní podáváme.

163. Trnavský kapr

Půlka kapra, hlava, ocas, jikry, 150 g cibule, 50 g petržele, 50 g mrkve, 2 stroužky česneku, 10 zrněk pepře, rajče, zelená paprika, sůl, želatina, cukr, ocet, 2 natvrdo vařená vejce.

Hlavu, ocas a jikry, všechnu zeleninu a pepř vaříme v osolené vodě asi půl hodiny. Vývar procedíme a vroucí nalijeme na kapra, jehož hřbet jsme několikrát nakrojili. Když je kapr měkký přendáme ho na mísu. Vývar přes plátno ještě procedíme a na každé 2 dcl vývaru přidáme lžičku octa, lžičku cukru, a 10 g želatiny. Roztok necháme ztuhnout, pak ho nařežeme na malé kousky a kapra jimi pokryjeme a přizdobíme kolečky natvrdo vařených vajec.

164. Rožmberský nevolník

1 kg kapra, 1 kg kyselého zelí, 2 dcl smetany, 50 g cibule, lžíce polohrubé mouky, lžička sladké papriky, sůl, olej.

Porce kapra osolíme, obalíme v mouce s paprikou a na horkém oleji usmažíme. Na zbylém oleji osmažíme pokrájenou cibuli, přidáme k ní zelí, trochu sladké papriky, podlijeme vodou a do měkka udusíme. Olejem vytřeme ohnivzdornou misku, rozstřeme do ní polovinu zelí, na ně položíme porce kapra a zbylým zelím zakryjeme. Vše zalijeme smetanou, propečeme a horké podáváme.

165. Táborské rybí taštičky

Půl kg listového těsta, 2 vejce, 1/4 kg kapřího masa, 50 g másla, lžíce kečupu, lžíce červeného vína, lžíce zavařených brusinek, lžíce hrozinek, lžička cukru, špetka utlučeného pepře, špetka nového koření, špetka tymiánu, sůl.

Maso udusíme na másle, zbavíme kůže a kostí a jemně pokrájíme. Přidáme ostatní suroviny, promícháme a krátce provaříme. Listové těsto vyválíme na 3 mm silnou placku, vykrájíme z něho kolečka a z nich dvě třetiny ještě vykrojíme takže vzniknou věnečky. Na plné kolečko položíme vždy dvě kolečka vykrojená (věnečky), potřeme rozšlehaným vejcem a upečeme. Vzniklou prohlubeň plníme rybí nádivkou. Servírujeme teplé.

166. Ohňový kapr po „Libanonsku“

Půlka kapra, 6 stroužků česneku, sůl, lžička kari, lžička sladké papriky, půl lžičky pepře, 50 g másla, petrželová nať, lžíce olivového oleje, 50 g žampionů.

Česnek utřeme se solí, kořením, nadrobno pokrájenou natí a máslem. Kašičkou kapra potřeme, hodinu necháme odležet v lednici, pak obložíme plátky žampionů osmahnutými v oleji, vše zabalíme do alobalu a pečeme asi 15 minut.

167. Kapr po „Laosku“

600 g kapra, sůl, lžíce bramborové mouky, lžíce polévkového koření, lžička vegety, lžička pálivé papriky, olej.

Odstraníme páteř a maso nakrájíme na tenké nudličky, zakapeme polévkovým kořením, osolíme, ze všech stran zaprášíme bramborovou moukou smíchanou s paprikou a vegetou. Na oleji zprudka opečeme a podáváme s rýží.

168. Kapr s baklažánem

600 g kapra, 300 g baklažánu, lžíce citrónové šťávy, sůl, půl lžičky pepře, 100 g cibule, 100 g rajčat, 1 dcl oleje, 1 dcl vývaru, 1 dcl kokosového mléka, pomeranč, 50 g kompotového ananasu, 30 g strouhaného kokosu.

Maso bez větších kostí a kůže pokrájíme na menší kousky, zakapeme citrónovou šťávou, osolíme, opepříme a necháme v chladu asi 2 hodiny odležet. Cibuli, oloupané baklažány a rajčata bez měkkých vnitřků nadrobno pokrájíme a vše smícháme s rybou, urovnáme do olejem vytřeného pekáčku, obložíme kolečky pomeranče, kousky ananasu, zasypeme strouhaným kokosem, zalijeme vývarem, kokosovým mlékem a upečeme.

169. Kapr po „Pákistánsku“

600 g kapra, 5 dcl syrovátky, 2 dcl oleje, 50 g cibule, 5 stroužků česneku, lžíce šťovíkových lístečků, lžička sladké papriky, sůl

Rybu bez kůže a větších kostí nakrájenou na nudličky naložíme přes noc do syrovátky, druhý den osmahneme na oleji utřený česnek, nastrouhanou cibuli, usekaný šťovík, přidáme osolenou, paprikou zaprášenou rybu a zprudka ji upečeme.

170. Kapr v bramborách

600 g kapra, sůl, 2 dcl oleje, 1/2 kg brambor, 50 g cibule, půl lžičky karí, půl lžičky sladké papriky, bobkový list, špetka skořice

Kapra bez kůže a kostí pokrájíme na malé kousky, osolíme a prudce opečeme na oleji. Přidáme pokrájené syrové brambory, nastrouhanou cibuli, koření, osolíme, podlijeme vodou a asi 15 minut dusíme.

171. Kapr po „syrsku“

Půlka kapra, sůl, půl lžičky pepře, půl lžičky sladké papriky, 2 dcl oleje, 100 g ředkviček, 100 g zelených paprik, 100 g čínského zelí, 100 g cibule, 100 g karotky, 3 dcl jogurtu

Kapra osolíme, zaprášíme pepřem a paprikou a po obou stranách vcelku osmažíme na oleji. Rybu přendáme na mísu a obložíme směsí na nudličky nakrájených ředkviček, paprik, zelí, cibule, nahrubo nastrouhané mrkve, vše trochu osolíme a zalijeme rozšlehaným jogurtem.

172. Kapr se smetanou a jablky

600 g kapra, sůl, citron, 100 ml smetany ke šlehání, 2 jablka, křen nebo pažitka

Porce kapra vaříme asi 15 minut v osolené vodě společně s plátkou z poloviny citronu. Rybu vyjmeme a necháme vychladnout. Smetanu ušleháme, přidáme strouhaná jablka, strouhaný křen nebo nakrájenou pažitku, osolíme, promícháme a nalijeme na rybu.

173. Kapří ragú

4 porce kapra, 4 lžíce oleje, cibule, 3 stroužky česneku, 400 g brambor, 2 rajčata, 3 papriky, pepř, bobkový list, petrželová nať, sůl

V oleji osmahneme na hrubo nastrouhanou cibuli a utřený česnek, přidáme porce kapra, na tenká kolečka nakrájené brambory a na ně vrstvíme pokrájená rajčata a papriky. Zalijeme trochou vody, v níž jsme rozmíchali sůl, pepř, rozdrobený bobkový list, přiklopíme pokličkou a asi hodinu pečeme. Zdobíme petrželovou natí.

174. Kapr na sardeli I.

800 g kapra, 200 g vařeného uzeného masa, 100 g žampionů, lžička sardelové pasty, 1 dcl červeného vína, lžička rajského protlaku, 2 stroužky česneku, cibule, sůl, pepř, citrónová šťáva, 5 lžic oleje, 50 g másla, petrželka

Rybu bez kůže a větších kostí pokrájíme na kousky, pokapeme citrónovou šťávou a necháme hodinu v chladu, pak maso osolíme, poprášíme pepřem, na oleji osmahneme ustrouhanou cibuli, utřený česnek, přidáme houby, maso, vše zalijeme vínem, v němž jsme rozmíchali sardelovou pastu a protlak a pečeme asi půl hodiny. Hotový pokrm omastíme čerstvým máslem, ozdobíme petrželkou a posypeme mletým uzeným masem.

175. Vánoční kapr po „Španělsku“

Asi 1,2 kg kapřík, šťáva ze třech citrónů, 2 dcl oleje, 4 stroužky česneku, 2 lžice hladké mouky, 2 lžice mletých mandlí, 3 cibule, 2 dcl bílého vína, petrželová nať, sůl

Osušeného kapra potřeme olejem, osolíme a 2 hodiny necháme v chladu, na oleji osmahneme celé stroužky česneku, pak je vybereme a odložíme na talířek a ve stejném oleji kapra obaleného v mouce do zlatova opečeme. Česnek utřeme se strouhanými oloupanými mandlemi, strouhanou cibulí, citrónovou šťávou, polovinou vína a špetkou soli. Touto směsí rybu potřeme, na povrchu i uvnitř, podlijeme trochou vody a zbývajícím vínem, posypeme pokrájenou petrželovou natí a asi půl hodiny pečeme.

176. Vánoční kapr z Vranje

Půlka kapra, 300 g cibule, 150 g rýže, 1,5 dcl oleje, pepř, sůl, masový vývar

Nastrouhanou cibuli zpěníme na oleji, přidáme rýži, kterou dusíme asi 5 minut, potom ji přendáme do vymaštěného pekáčku, položíme na ni osolenou a okořeněnou půlku kapra, zakapeme olejem, zalijeme masovým vývarem a pečeme asi půl hodiny.

177. Cikánský kapr

4 porce kapra, 200 g kyselějších jablek, sůl, lžice sádla

Jablka pokrájená na kostičky vaříme s kaprem na mírném ohni asi 10 minut, rybu vyndáme, potřeme rozpuštěným sádlem a podáváme.

178. Kapr kořeněný

4 porce kapra, sůl, 1,5 dcl oleje, 10 stroužků česneku, 150 g sterilovaných žampionů, půl lžičky drceného kmínu, lžička pálivé papriky, špetka cayenského pepře, špetka mletého koriandru, lžice citrónové šťávy.

Osolenou rybu osmahneme na oleji, přendáme do kastrůlku, podlijeme vroucí vodou a 15 minut dusíme. Porce vyndáme a uložíme do tepla, ve výpeku udusíme mleté, okořeněné, citrónovou šťávou zakapané a osolené žampiony. Směs rozetřeme na kapra a podáváme.

179. Kapr syrský

4 porce kapra, 30 g mandlí, 30 g ořechů, 2 lžice smetany, 30 g strouhanky, 50 g cibule, 3 stroužky česneku, špetka skořice, špetka šafránu, 1 dcl oleje, lžice citrónové šťávy, půl lžičky cukru, 30 g másla, sůl.

Kapra osolíme, poprášíme šafránem a prudce osmahneme na oleji. Rozmixujeme oloupané mandle s ořechy, ustrouhanou cibulí, utřený česnek, mlékem zvlhčenou strouhanku, sůl, skořici, citrónovou šťávu, cukr a rozpuštěné máslo, směs rozetřeme na osmahlé porce kapra a ještě asi 10 minut zapékáme.

180. Pikantní kapr s jogurtem

4 porce kapra, 100 g jogurtu, sůl, špetka cukru, lžička mletého zázvoru, špetka chilli, špetka kardamomu, špetka mletého hřebíčku, hrst mandlí.

Rybu dáme do pekáčku a zalijeme jogurtem, v němž jsme rozmíchali sůl, cukr a koření. Posypeme oloupanými, na nudličky nakrájenými mandlemi a asi 30 minut zapékáme.

181. Kapr v bílém víně

4 porce kapra, 1 dcl smetany, 120 g másla, 30 g hladké mouky, 2 dcl bílého vína, 50 g cibule, 2 žloutky, pepř, sůl.

Porce ryby osolíme, opeříme, zaprášíme moukou a opečeme na rozpáleném másle, přidáme nastrouhanou cibuli, víno a 10 minut dusíme. Porce vyndáme, uložíme do tepla, výpek zakvedláme smetanou a žloutky, dosolíme a omáčku nalijeme na rybu.

182. Kapří baba

600 g kapra, 400 g brambor, sůl, pepř, 200 g mražených rajčat, 3 dcl bílého vína, 4 stroužky česneku, 2 dcl oleje.

Do olejem vymaštěné remosky dáme kolečka v oleji namočených, osolených a opeřených brambor, na ně medailonky z kapřího osoleného a okořeněného masa bez kůže a kostí, pak kolečka rajčat a nadrobno pokrájený česnek. Vše zalijeme zbývajícím olejem, vínem a pečeme asi půl hodiny.

183. Balatonský kapr

1 menší kapr, 2 dcl oleje, 150 g cibule, 500 g rajčat, sůl, půl lžičky pepře, lžička cukru, 2 dcl červeného vína, 50 g mouky.

Kapra nakrájíme na podkůvky, nastrouhanou cibuli osmahneme na oleji, přidáme osolené, moukou zaprášené rybí maso, pokrájená rajčata, sůl, pepř, cukr, podlijeme červeným vínem a asi 20 minut dusíme.

184. Kapr s kukuřičnými lupínky

600 g kapra, sůl, vejce, lžička vody, balíček kukuřičných lupínků, 50 g husího sádla, 2 lžíce ostrého kečupu.

Porce ryby bez kůže a kostí, osolíme, smočíme ve vejci rozšlehaném s vodou a obalíme v rozdrčených kukuřičných lupíncích. Dáme na pekáček vymazaný husím sádlem a bez podlévání opékáme 6 minut po každé straně. Podáváme s ostrým kečupem.

185. Kapr v ořechové omáčce

600 g kapra, 30 g cibule, 30 g petržele, 30 g mrkve, lžička cukru, pepř, 2 dcl smetany, 30 g hladké mouky, 50 g ořechů, 3 dcl vody, sůl.

Nastrouhanou zeleninu, sůl, cukr a špetku pepře vaříme 15 minut ve vodě. V procezeném vývaru dusíme dalších 15 minut osolené porce kapra. Do smetany zakvedláme mouku s ořechy, povaříme a přidáme k rybě.

186. Kapr v kyselém zelí

4 porce kapra, sůl, 50 g hladké mouky, lžíce sladké papriky, 50 g cibule, 50 g kyselého zelí, lžíce oleje, 2 dcl smetany

Rybu osolíme a ze všech stran zaprášíme moukou smíchanou s částí papriky a upečeme na oleji. Na výpeku zpěníme pokrájenou cibuli se zbytkem papriky, přidáme zelí, sůl, 3 lžíce vroucí vody a dusíme. Do olejem vymaštěné ohnivzdorné mísy pak rozprostřeme část zelí, na něj dáme porce upečené ryby, zakryjeme zbytkem zelí, vše zalijeme smetanou a zapékáme ještě asi 10 minut.

187. Novosadský kapr

Půlka kapra, 2 dcl oleje, 3 stroužky česneku, půl lžičky pepře, sůl, 2 dcl bílého vína

Celou osušenou půlku kapra uložíme do mísy, zalijeme olejem rozmíchaným s utřeným česnekem a 1 den v lednici marinujeme. Pak rybu vyndáme, necháme okapat, osolíme, opepříme a za občasného podlévání vínem upečeme.

188. Uzený pečený kapr

Menší kapr, sůl, 2 dcl oleje, 4 stroužky česneku

Kapra osolíme, 3 hodiny necháme odležet v chladu a pak 3 hodiny udíme. Uzenou rybu rozkrájíme na podkůvky, každou potřeme olejem s rozetřeným česnekem a po obou stranách prudce opečeme.

189. Kapr Pomodoro

600 g kapra, 50 g hladké mouky, 1,5 dcl oleje, 50 g cibule, 3 stroužky česneku, lžička sardelové pasty, bobkový list, 2 dcl bílého vína, půl lžičky pepře

Kapra nakrájíme na podkůvky 1,5 cm silné, osolíme, obalíme v hladké mouce a prudce opečeme na oleji. Pak rybu vyndáme, do výpeku přidáme strouhanou cibuli, utřený česnek, sardelovou pastu, rozdrčený bobkový list, víno a vaříme 5 minut. Do omáčky vrátíme rybu, chvíli podusíme a těsně před podáváním zaprášíme pepřem.

190. Indický kapr na česneku

800 g kapra, sůl, 3 stroužky česneku, 3 lžíce octa, špetka šafránu, špetka strouhaného muškátového oříšku, 1 cibule, 2 pálivé papriky, 1 dcl oleje

Česnek utřeme se solí, přidáme koření, ocet, případně trochu vody a kašičkou potřeme porce kapra z obou stran. Pak je vložíme do pekáčku s rozpáleným olejem, zasypeme nadrobno nakrájenou cibulí a paprikami, nepatrně podlijeme vodou a 20 minut pečeme.

191. Indonéský kapr kořeněný

800 g kapra, 1 dcl oleje, lžička pálivé papriky, lžička mletého kmínu, půl lžičky kurkumy, lžíce vody, 6 stroužků česneku, lžička zázvoru, 3 cibule, rajče, sůl, 5 dcl mléka z kokosového ořechu, petrželová nať

Koření utřeme s česnekem, solí, vodou a kašičkou potřeme porce ryby po obou stranách. Necháme hodinu odležet. V oleji prudce osmahneme pokrájenou cibuli a vymačkané rajče, přidáme rybu, podlijeme mlékem z kokosu a 20 minut dusíme. Zdobíme petrželkou, podáváme s rýží.

192. Jávský pečený kapr

800 g kapra, lžíce cukru, 2 lžíce sójové omáčky, 2 lžíce krájené petrželové natě, 2 stroužky česneku, 2 zelené papriky, lžička pepře, 3 lžíce citrónové šťávy, 5 lžic rajské šťávy, 3 lžíce oleje

Kapra nakrájíme na nudličky, papriky na kolečka, česnek utřeme, všechny přísady smícháme dohromady a necháme hodinu v chladu. Pak směs upravíme na grilovací pekáček a 10 minut grilujeme.

193. Tchajwanský kapr na kari

800 g kapra, 3 lžíce másla, 2 cibule, 3 rajčata, 1 kořenová petržel, lžička kari, lžíce kokosového mléka, 2 lžíce citrónové šťávy, 3 lžíce jogurtu, sůl.

Na másle osmahneme nadrobno nakrájenou cibuli, přidáme kari a minutu smažíme. potom vmícháme nastrouhanou petržel, nakrájená rajčata, kokosové mléko a po 15 minutách dušení i rybu pokapanou citrónovou šťávou. Vše zalijeme jogurtem a 20 minut zapečeme. Podáváme s rýží.

194. Kapr s omáčkou "Orly"

800 g kapra, 1 vejce, 3 lžíce hladké mouky, špetky pepře, sladké papriky, muškátového oříšku, soli, 2 dcl oleje, mléko, na omáčku : 2 lžíce oleje, 2 lžíce másla, 2 cibule, 1 stroužek česneku, lžíce cukru, 4 rajčata, 3 lžíce rajského protlaku, 1 bobkový list, pepř, sůl

Mouku, sůl a koření smícháme se žloutkem a mlékem na hustší palačinkové těsto. Přidáme sníh z bílku, osolené kusy ryb v těstíčku smočíme, osmažíme na oleji a horké poléváme omáčkou. Omáčka : na másle s olejem osmahneme nastrouhanou cibuli, utřený česnek, nakrájená rajčata, protlak, cukr, sůl, koření a 20 minut vaříme. Hotovou omáčku přecedíme.

195. Kapr s husími játry

1,8 kg kapra, 200 g husích jater, 100 g kapřího mlíčí, 100 g žampionů, 50 g strouhanky ze slaných sucharů, 2 natvrdo vařená vejce, 2 dcl calvadosu nebo vodky, 2 dcl silného hovězího vývaru, sůl, pepř, 200 g slaniny.

Staženého kapra naplníme nádivkou z mletého mlíčí, mletých syrových žampionů, strouhanky, nakrájených vajec, nakrájených husích jater, soli, pepře, vývaru a poloviny Calvadosu. Kapra zašijeme, osolíme, položíme na pekáček vystlaný plátky slaniny, dalšími plátky zakryjeme, zalijeme zbylým calvadosem rozředěným s vodou (1:1) a upečeme.

196. Kapr s medovým aspikem

800 g kapra, po 50 g mrkve, petržele a cibule, 1 červená paprika, citrón, 2 vejce, 2 nakládané kapie, lžice octa, lžice medu, 3 dcl vývaru, 15 g želatiny, sůl.

Ve větším množství osolené vody dusíme kapra s nakrájenou mrkví, petrželí, cibulí a paprikou. Pak porce uložíme na mísu, obložíme kolečky citrónu, vařených vajec a kapií. Vývar z dušení procedíme, vmícháme želatinu, ochutíme octem, medem, osolíme a vlažným roztokem vše zalijeme. V chladu necháme ztuhnout.

197. Kapří guláš

800 g kapra, 100 g uzeného bůčku, lžička sladké papriky, pepř, 3 cibule, 100 g rajčat, 100 g zelených paprik, 4 feferonky, lžice másla, lžice hladké mouky, 2 dcl sladké smetany, sůl

Kapra bez kůže a větších kostí pokrájíme na kousky, zaprášíme moukou, pepřem a paprikou, osolíme a prudce opečeme na vyškvařeném mletém bůčku. Přidáme máslo, nadrobno pokrájenou zeleninu a dusíme asi 20 minut, pak zalijeme smetanou a krátce povaříme.

198. Kapr na smetaně

4 porce kapra, 100 g másla, 100 g rajčat, 100 g žampionů, pepř, 1 dcl bílého vína, 1 dcl smetany, mletá paprika, sůl, lžice hladké mouky.

Porce kapra osolíme, zaprášíme moukou, paprikou a pepřem a prudce opečeme na másle. Vyndáme na talíř, do omastku dáme pokrájené žampiony, rajčata bez měkkých vnitřků a cibuli a vše krátce opražíme, podlijeme a dusíme asi 15 minut, pak zalijeme smetanou, necháme přejít varem a podáváme.

199. Kapr se sofijskou omáčkou

4 porce kapra, 100 g másla, sůl, na omáčku: 100 g cibule, 100 g rajského protlaku, 2 stroužky česneku, zelená paprika, lžička čerstvě pokrájených lístků bazalky, lžice citrónové šťávy, bobkový list, špetka pálivé papriky, 2 lžice oleje, lžička cukru, sůl

Porce kapra srovnáme do ohnivzdorné mísy, rozdrobíme na ně máslo, přikryjeme pergamenem a 20 minut pečeme. Měkkou rybu polijeme horkou omáčkou. Omáčka: Na oleji osmahneme pokrájenou cibuli, zelenou papriku a česnek, přidáme bazalkové lístky, rajský protlak, koření, citrónovou šťávu, asi 2 dcl vody, cukr a sůl, povaříme 15 minut a procedíme.

200. Kapří paštika

1/2 kg kapra, 2 vejce, 3 lžice strouhanky z dietních sucharů, sůl, pepř, lžice citrónové šťávy, 200 g šunky, na těsto: 400 g polohrubé mouky, 200 g sádla, sůl, asi 1 dcl studené vody

Mouku, sůl a sádlo zalijeme vodou a zpracujeme na těsto, to zabalíme do igelitu a necháme v chladu odležet. Kapra podusíme na másle, vykostíme, nadrobno rozsekáme, smícháme s vejci, strouhankou a pepřem. Těsto rozválíme na placku, vyložíme jí sádlem vymazanou chlebičkovou formu tak, aby zbylo na zakrytí, na těsto rozetřeme polovinu kašoviny, poklademe plátky šunky, rozetřeme druhou polovinu kašoviny, zakryjeme zbylým těstem a upečeme ve vyhřáté troubě. Podáváme studené.

201. Kapr v majonéze

600 g kapra, sůl, pepř, worchester, lžíce citrónové šťávy, 3 dcl bílého vína, 100 g majonézy, 50 g kompotovaných brusinek, 50 g šlehačky, 4 salátové listy

Porce kapra bez kůže a kostí osolíme, opepříme, stříkneme citrónovou šťávou, worchesterem, 2 hodiny necháme odležet a na oleji opečeme. Na další 2 hodiny pak namočíme rybu do vína, po okapání smočíme v omáčce z majonézy rozmíchané s brusinkami a šlehačkou.

202. Vánoční kapr v pikantní omáčce

1 kg kapra, 100 g másla, 100 g kořenové zeleniny, 50 g cibule, litr černého piva, špetky pepře a nového koření, 40 g švestkových povidel, 80 g perníku, lžíce octa, lžíce cukru, bobkový list, 40 g sušených švestek, 50 g hrozinek, 50 g mandlí, sůl

Porce kapra bez větších kostí osolíme a upečeme na rozpáleném másle do červena. Vyjmeme, ve výpeku osmahneme pokrájenou zeleninu, přidáme pivo, povidla, strouhaný perník, ocet a cukr, povaříme, protřeme přes síto, vmícháme hrozinky a sekané ořechy a mandle, nakrájené vypeckované švestky a s rybou krátce povaříme.

203. Židovský kapr

1 kg kapra, 1 dcl oleje, 150 g cibule, lžička soli, 1,5 dcl smetany, 30 g hladké mouky, špetka muškátového květu, 30 g kečupu, 50 g mandlí

Nastrouhanou cibuli zpěníme na oleji a na ní dusíme porce osoleného kapra. Poloměkké maso zalijeme smetanou smíchanou s moukou, přidáme na nudličky nakrájené oloupané mandle, dodusíme a nakonec přidáme kečup a květ.

204. Salzburský kapr

600 g kapra, lžíce sherry, sůl, 50 g hladké mouky, 1 dcl oleje, 3 lžíce ostrého kečupu, 2 dcl rybího vývaru, lžička sladké papriky, 300 g sterilované kukuřice, 30 g cibule, sůl

Kapra nakrájíme na podkovy, stříkneme sherry, osolíme, zaprášíme moukou a opečeme. Do výpeku přidáme cibuli, kečup, vývar, sterilovanou kukuřici (bez nálevu), papriku, chvíli povaříme, osolíme a podáváme s pečenou rybou.

205. Kapr s vejci a sýrem

600 g kapra, sůl, 1 dcl oleje, vejce, 80 g tvrdého sýra

Porce kapra osolíme a necháme 20 minut odležet. Potom je po obou stranách opékáme na oleji 15 minut. Opečené zalijeme vejcem rozkvedlaným se strouhaným sýrem a vše ještě 5 minut pečeme v remosce.

206. Kapr s rajčatovým protlakem

4 porce kapra, sůl, 1 dcl oleje, lžíce másla, 80 g cibule, 40 g rajčatového protlaku, 2 stroužky česneku, pepř, 1/2 dcl bílého vína, petrželová nať

Osušené porce kapra osolíme a lehce opečeme na oleji. Vyndáme ho, ve výpeku osmahneme nadrobno nakrájenou cibuli, rybu na ni vrátíme, pokryjeme rajčatovým protlakem, utřeným česnekem promíchaným s máslem, opepříme, mírně podlijeme a pod pokličkou krátce dusíme.

Dopékáme s vínem a jemně sekanou petrželovou natí.

207. Kapr na paprice se žampióny

1,5 kg kapra, lžička soli, 1,5 dcl oleje, 200 g žampiónů, 50 g másla, 50 g mouky, lžička papriky 1 l sladké nebo kyselé smetany

Porce kapra osušíme, osolíme, zvolna opečeme na oleji a podusíme s nakrájenými žampióny. V další pánvi rozpustíme máslo, přidáme mouku, zaprášíme paprikou, osmahneme, zastříkneme vodou a krátce povaříme. Pak přilijeme smetanu, omáčku přivedeme k varu, procedíme na opečené porce ryby se žampióny a podáváme s rýží.

208. Kapr na smetaně se zeleninou

1,5 kg kapra, lžička soli, 1 dcl oleje, 250 g kořenové zeleniny, 70 g másla, 70 g hladké mouky, 1 l smetany, 100 g kyselých okurek, 100 g citrónu

Porce kapra osušíme, osolíme a opečeme na oleji, přidáme nahrubo nastrouhanou zeleninu, podlijeme trochou vody a krátce podusíme. V další pánvi rozpustíme máslo, zamícháme do něj mouku, zastříkneme trochou vody, přilijeme smetanu a krátce povaříme. Převařenou omáčku procedíme, přisolíme, přidáme do ní drobně nakrájené okurky a citrónovou šťávu. Porce ryby se zeleninou zalijeme omáčkou a dodusíme.

209. Kapr na znojemský způsob

1,5 kg kapra, 100 g slaniny, lžička soli, 1 dcl oleje, 50 g másla, 50 g hladké mouky, 1 l kyselé smetany, 2 dcl bílého vína, 300 g kyselých znojemských okurek

Porce kapra protknete nudličkami slaniny, osolíme a zvolna opečeme na oleji. Po vyjmutí ryby ve výpeku rozpustíme máslo, přidáme mouku, zastříkneme vodou, zalijeme smetanou, rozšleháme a krátce povaříme. Okurky pokrájíme, osmahneme na zbylé slanině, přidáme s vínem do omáčky, dosolíme a nalijeme na rybu.

210. Kapr na víně se šunkou

1,5 kg kapra, lžička soli, 2 citróny, vrchovatá lžička hladké mouky, 1,5 dcl oleje, 150 g cibule, 50dcl bílého vína, 100 g másla, 300 g šunky

Porce kapra nařízneme, do řezu vložíme plátek citrónu, osolíme a zaprášíme moukou. Jemně nakrájenou cibuli zpěníme na oleji, přidáme porce ryby, krátce po obou stranách opečeme, zastříkneme vodou a dusíme. Nakonec přilijeme víno a zamícháme polovinu másla. Na zbytku másla prohřejeme plátky šunky a podáváme porce kapra zakryté šunkou a polité šťávou.

211. Kapr v žampiónovém těstíčku

1,5 kg kapra, lžička soli, 4 vejce, 1 dcl bílého vína, 200 g žampiónů, špetka pepře, 150 g hrubé mouky, lžička oleje do těsta, 3 dcl oleje na smažení

Porce kapra osolíme a opepříme. Z vajec, vína, nakrájených žampiónů, mouky, oleje a špetky soli připravíme těstíčko, porce ryby v něm namočíme a smažíme v horkém oleji dozlatova.

212. Kapr v rozinkové omáčce

2 kg kapra, 2 lžíce octa, 30 g rpzinek, šťáva z 1 citronu, 1 cibule, 1 mrkev, 1 petržel, 100 g celeru, 1 bobkový list, 1 hřebíček, 3 zrníčka pepře, 2 zrníčka nového koření, 0,3 l piva, 50 g perníku, 1 krajíc čerstvého chleba, sůl, pepř, trochu cukru, 40 g másla

Rybu omyjte, osušte, porce potřete octem. Rozinky nechte přejít varem v citronové šťávě. Cibuli a zeleninu nakrájet na kostičky a vařit s rybími hlavami, kořením a pivem 20 minut. Pak přecedit a prolisovat. Perní a chléb bez kůrky nakrájejte na malé kousky a svařte s vývarem. Přidejte rozinky i s citronovou šťávou. Omáčku dochuťte solí, pepřem a cukrem. Rybí porce položte do vymaštěné zapékací mísy, přelijte trochou omáčky. Přiklopné poklicí duste. Rybu připravte k podávání. Omáčku zjemněte kouskem másla, dochuťte a nalijte na rybu. Příloha – brambory, bramborová kaše.

213. Kapr na sardeli II.

500 g kapra, 60 g slaniny, 60 g másla, sardelová pasta, sůl, petrželka

Porce očištěného kapra prošpikujeme slaninou, osolíme, potřeme sardelovou pastou a grilujeme. Hotové porce kapra podáváme posypané petrželkou.

214. Kapr po burgundsku

4-5 porcí kapra, šálek červeného vína, 40 g másla, 30 g mouky, 2 menší cibulky, 50 g žampionů, sůl, 1/č citronu, 2 lžíce oleje

Očištěného kapra nasolíme, zprudka opečeme na oleji, podlijeme vínem a dusíme, až je skoro měkký. Šťávu zahustíme jíškou, dobře povaříme, pak přidáme na plátky nakrájené podušené žampiony a malé cibulky. Podáváme s bramborem.

215. Kapr po „jihočesku“

4 porce kapra, 2 vejce, 100 g tvrdého sýra, olej, sůl, máslo

Očištěné porce kapra osolíme a opékáme po obou stranách na oleji v ohnivzdorné misce. Nastrouháme sýr a smícháme jej s rozšlehanými vejci. Tímto zalijeme porce kapra, prisolíme a zapečeme. Navrch nakrájíme kousky másla. Jako přílohu podáváme vařené brambory.

216. Pikantní pečený kapr

4 porce kapra, 500 g rajčat, 2 cibule, nové koření, bobkový list, olej, sůl, citrónová šťáva

Ryby marinujeme v citronové šťávě a soli. Cibuli a rajčata nakrájíme nadrobno, osolíme, smícháme s kořením a dáme do olejem vymazaného pekáče. Vložíme kapra, zalijeme olejem a pečeme 25 minut. Poléváme vypečenou šťávou.

217. Kapr na pivu s křenem

6 porcí kapra, 1 krajíc chleba, čerstvý křen, 2 lžíce másla, 1 dl světlého piva, 2 větší cibule, 0,5 dl oleje, citron, mletý pepř, 1 lžičku moučkového cukru, sůl

Porce kapra osolíme a opepříme. Z krajíce chleba odkrojíme kůrku, středku rozdrobíme do misky a zalijeme světlým pivem. Cibuli oloupeme a jemně nakrájíme. Porce kapra opečeme zprudka na oleji. Do výpeku dáme rozpustit máslo, přidáme cibulku a mírně osmahneme dosklovata. Chléb namočený v pivu rozmačkáme vidličkou a rozšleháme na kaši. A tu vlijeme do pánve s cibulkou, rozmícháme, osolíme, přidáme cukr a citronovou kůru. Povaříme a vrátíme do pánve opečeného kapra a dusíme cca 3-5 minut. Ze křenu nakrájíme hobliny. Kapra dochuťme citronovou šťávou, posypeme hoblinami křenu. Příloha – opečené brambory.

218. Kapr na pivu II.

1 kapr, 3 papriky, 3 cibule, koření na ryby, olej, sůl, 12° pivo

Kapra naporcujeme, posolíme, okořeníme. S trochou oleje jej dáme na pekáč. Cibuli a papriku nakrájíme na nudličky, obsypeme dokola, vše podlijeme pivem. Přikryjeme horní částí pekáče. Dáme na patnáct minut dusit do trouby. Potom kapra odklopíme a necháme zrůžovět. Takto hotový pokrm je nejlépe podávat s vařeným bramborem nebo čerstvou zeleninou.

219. Kapr na sladko kyselo

Půlku mraženého kapra, škrobová moučka, slunečnicový olej, cibule, česnek, velký pórek, 2 kostky bujonu, cukr, světlá sojová omáčka, ocet, sůl, pálivá paprika, jamajský pepř, zázvor, víno nebo vermut

Vykostěnou půlku kapra nakrájíme na 3 cm nudličky, které obalíme ve škrobové moučce a osmažíme na první pánvi na slunečnicovém oleji.

Na druhé pánvi osmažíme na oleji cibuli a pórek nakrájené na kolečka a česnek nakrájený na plátky. Osmaženou směs přendáme do varné mísy a necháme v teple (např. v troubě). Jako přílohu zvolíme rýži. Omáčka: Z cukru s vodou vyrobíme karamel, přidáme 2 bujóny, světlou sojovou omáčku, ocet, sůl, drcenou pálivou papriku, jamajský pepř, zázvor, sezamový olej, čínské víno nebo vermut, zahustíme škrobovou moučkou (do konzistence medu). Osmaženou zeleninovou směsí posypeme kapra a přelijeme omáčkou.

220. Vánoční kapr smažený v těstíčku

800 g naporcovaného kapra, 3 vejce, 150 g hladké mouky, 200 ml mléka, 50 g eidamu, 60 g kořenové zeleniny, sůl, drcený kmín, polévkové koření, 400 ml oleje

Porce kapra osolíme, pokapeme citrónovou šťávou a necháme hodinu odležet. Z vajec, soli, mouky a mléka vyšleháme hladké těstíčko a rozdělíme na dvě části. Do jedné přidáme nitky z kořenové zeleniny a suché polévkové koření, do druhé strouhaný sýr a kmín. Porce kapra máčíme v těstíčku a smažíme v rozpáleném oleji.

221. Staročeské pečenáče z kaprů

500 g porcovaného kapra, sůl, pepř, kmín, hladká mouka, olej, 2 velké cibule, 3 stroužky česneku, divoké koření, kapary, cukr, ocet, rybí vývar

Kapra nasolíme a necháme odležet. Poté pomoučíme a zprudka opečeme. Pečené porce naskládáme do kastrolu a přelijeme lákem připraveným z orestované cibule, česneku, koření a rybího vývaru. Vše ochutíme cukrem, solí a octem. V láku kapra krátce povaříme a necháme vychladnout. Nakonec opepříme a uložíme do chladna. Druhý den můžeme ochutnat, ale nejlepší jsou až za tři dny.

222. Kapr marinovaný po „třeboňsku“

6 porcí kapra, sůl, 60 g oleje a 30 kaparů. Na marinádu: 0,25 l octa, 0,5 l rybího vývaru, 100 g cibule na kolečka, citronová kůra, 10 zrněk pepře, 6 zrněk nového koření, 2 hřebíčky, 2 bobkové listy, sůl

Kapra osolíme a opečeme dorůžova. Do hrnce nalijeme ocet, rybí vývar, přidáme cibuli, citronovou kůru, koření a sůl, 20 minut povaříme a necháme vychladnout. Upečeného kapra narovnáme nejlépe do kameninové nádoby, posypeme nasekanými kapary, zalijeme marinádou a dáme do druhého dne do chladu.

223. Kapr na šalvěji

1 kg kapra, 100 g šunky, sušená šalvěj, mletý pepř, 70 g másla, 200 ml smetany, petrželka, sůl

Kapra osolíme, opepříme, do zářezů na bocích vložíme šunku. Pak posypeme rozemnutou šalvějí. V pekáči vymazaném máslem rybu upečeme a do šťávy přilijeme smetanu, povaříme a zasypeme sekanou petrželkou.

224. Kapr na slanině

4 porce kapra, 60 g anglické slaniny, sůl, 4 lžíce citronové šťávy, 40 g másla, 2 lžíce sekané petrželky a pažitky, 4 plátky tvrdého sýra, kečup

Porce kapra osolíme, potřeme citronem a necháme v chladu asi 2é minut odležet. Dno pekáčku vyložíme plátky slaniny, na ně urovnáme porce kapra, které poklademe plátky másla, posypeme sekanými zelenými natěmi a pečeme v troubě 25 minut. Podle potřeby podléváme horkou vodou. Pak na porce kapra položíme plátky sýra, krátce zapečeme a pokapeme kečupem.

225. Kapr po zahradnicku

1 kg vykostěného kapřího boku, 200 ml mléka, 50 g oleje, 2 cibule, 100 g mrkve, 100 g celeru, 100 g jablek, 100 g sterilovaného leča, lžíce hladké mouky, mletá paprika, hořčice, vegeta, sůl

Rybí maso naporcujeme, osolíme, potřeme hořčicí, poprášíme moukou a na oleji opečeme z obou stran. Maso vyjmeme a odložíme do tepla. Do výpeku vložíme nakrájenou cibuli, na nudličky pokrájenou kořenovou zeleninu, krátce osmažíme, popaprikujeme, podlijeme a dusíme. Jakmile je zelenina poloměkká, přidáme na nudličky pokrájené jablko. Nakonec vmícháme lečo, vložíme zpět opečenou rybu a dusíme. V mléce rozmícháme mouku, vlijeme na rybu, ochutíme vegetou a ještě povaříme.

226. Kapr po mlynářsku

Vykostěný kapří bok cca 600 g, 40 g hladké mouky, špetka mleté papriky, sádlo na smažení

Nakrájíme užší porce kapra, posolíme, obalíme v mouce smíchané s paprikou. Smažíme na rozpáleném sádle po obou stranách. Pro pikantnější verzi, potřeme porce před obalením česnekem nebo použijeme ostřejší koření, které vetřeme do masa.

227. Kapr po myslivecku

1 kg kapra, 70 g másla, 500 g kořenové zeleniny, 1 cibule, bobkový list, tymián, celý pepř, nové koření, 200 ml bílého vína, 500 ml masového vývaru, lžíce hořčice, lžíce mouky, několik čerstvých hub, sůl

Porce kapra osolíme a necháme asi 30 minut odležet v chladu. Do hrnce s máslem vložíme nakrájenou kořenovou zeleninu, cibuli a koření, krátce podusíme. Do základu vložíme kapra a zalijeme vínem a masovým vývarem. Přidáme hořčici, nakrájené houby a dusíme na mírném ohni. Když je ryba měkká, vyndáme ji na talíře a přelijeme přecezenou omáčkou.

228. Kapr pečený s jablky ze Štýrska

4 porce kapra, sůl, citron, 60 g slaniny, 4 menší jablka, celý pepř, bobkový list, nové koření, 4 nepálivé papriky, 80 g másla

Porce kapra osolíme, pokapeme citronem, položíme do pekáčku na plátky slaniny, pokryjeme oloupanými a na plátky nakrájenými jablky a na nudličky pokrájenými paprikami, přidáme celé koření a poklademe plátky másla. Kapra pečeme v přikrytém pekáčku asi 30 minut. Při pečení poléváme vypečenou šťávou, případně i horkou vodou.

229. Francouzský kapr pečený v těstíčku

4 porce kapra, sůl, 150 g másla, 500 ml mléka, 3 žloutky, 250 g hrubé mouky

Osolené porce kapra podusíme na másle v troubě 10 minut. Mezitím připravíme těstíčko z mléka, žloutků, soli, mouky a rozkvedlané je vlijeme na rozpáleného kapra v troubě. Pečeme ještě cca 30 minut, až je těsto křupavé a do červena opečené. Zpěníme nakrájenou cibuli, přisypeme papriku a kmín, vše zaprášíme moukou a osmahneme. Podlijeme vývarem a smetanou, přidáme ocet, kečup, osolíme a dobře provaříme. Omáčku nalijeme na kapří maso a prohřejeme.

230. Kapr se sardelovou omáčkou po „Polsku“

1 celý kapr, sůl, kmín, sladká paprika, citron, 50 g másla, olej. Sardelová omáčka: 100 g másla, 60 g hladké mouky, 1 větší cibule, 500 ml vývaru, sardelová pasta, 4 lžice sladké smetany, petrželka, sůl

Kapra nakrájíme na úzké podkovy a osolíme. Do vymazaného pekáčku vložíme kapra, posypeme kmínem a paprikou. Na každý kousek masa dáme plátek másla a kolečko citronu. Pečeme v troubě 30 minut. Při pečení podléváme horkou vodou.

Sardelová omáčka: nakrájenou cibuli zpěníme na polovině másla, zasypeme moukou, osmahneme dorůžova. Zaléváme po částech vývarem, stále mícháme a provaříme. V misce utřeme změkklé máslo se sardelovou pastou, zamícháme do omáčky, přidáme smetanu, sekanou petrželku, prohřejeme a dosolíme. Upečeného kapra na talíři pokapeme výpekem a polijeme sardelovou omáčkou.

231. Ďábelský kapr ze Szegedu

4 porce kapra, sůl, pepř, citron, hořčice, strouhanka, olej

Kapra bez kůže osolíme, poprášíme hladkou moukou a potřeme marinádou z hořčice, oleje, pepře a citronové šťávy. Potřeného kapra obalíme jen lehce ve strouhance, opečeme na pánvi a pak dusíme doměkka.

232. Bavorský pochoutkový kapr

4 porce kapra, 50 g slaniny, 50 g šunky, lžice sterilovaného hrášku, sůl, olej

Porce kapra protkne slaninou a šunkou. Kapra osolíme, vložíme do vyšší vrstvy oleje, přidáme hrášek a pečeme.

233. Kapří bramborák

300 g kapřího syrového masa, 700 g jemně nebo na hrubo nastrouhaných syrových brambor, 1-2 vařené brambory, 1-2 vejce, 100 g hladké mouky, lžíce mléka, stroužek česneku, cibule 50 g slaniny, sůl, pepř, majoránka, olej nebo sádlo na smažení

Kapří maso s cibulí a česnekem umeleme. Syrové a vařené brambora nastrouháme, pokropíme mlékem, přidáme umleté maso, na kostičky nakrájenou slaninu, mouku, vejce, koření, osolíme a dobře promícháme. Rozehřejeme tuk a lžící tvoříme placky a do křupava opečeme po obou stranách.

234. Kapr na špeku

kapr, špek (popř. slanina), smetana, hladká mouka, sladká paprika (popř. chilli), sůl, pepř

Očištěného a vykuchaného kapra naporcujeme na půlky, podkovy. Kapra osolíme, opepříme, posypeme paprikou (možno použít i chilli) a lehce poprášíme moukou. Špek nebo slaninu nakrájíme na kostičky a rozežřejeme. Když se vypraží dostatečné množství tuku, vložíme porce kapra. Smažíme z obou stran, obracíme pokud možno jednou. Hotové porce kapra dáme stranou, do pánve přidáme smetanu, necháme spojit (možno přidat zeleninu a zahustit). Vrátime porce kapra do pánve a necháme prohřát. Podáváme s bramborem pečeným na plátky v troubě.

235. Kapr na divoko

1 kg kapr, sardelová pasta, 30 g másla, 2 lžíce hladké mouky, tuk, 1 cibule, 5 kuliček pepře, bobkový list, 100 ml červeného vína, 30 g hladké mouky, sůl, citrón

Očištěného a vykuchaného kapra naporcujeme. Porce kapra potřeme sardelovou pastou, kterou jsme utřeli s máslem. Pak je poprášíme moukou a opečeme na tuku 5 minut z každé strany. Opečené porce kapra naskládáme na vyhřátou mísu. Do šťávy z opečené ryby přidáme nadrobno nakrájenou cibuli a necháme zpěnit. Přidáme koření a zalijeme trochou horké vody s červeným vínem. Zahustíme moukou utřenou s máslem. Za občasného míchání povaříme 10 minut. Podle chuti osolíme a přidáme pár kapek citrónové šťávy. Omáčku přecedíme a podáváme s opékanými brambory.

236. Ementálový kapr

750 g kapra, 1 l vody, 1/8 l bílého vína, 4 kuličky celého pepře, snítka petrželky, sůl. Na ementálový krém: 50 g másla, 30 g hladké mouky, 50 g cibule, 1/4 l sladké smetany, 50 g nastrouhaného ementálu, pepř, sůl, špetka muškátového oříšku

Kapra vykucháme, očistíme a omyjeme. Ve vývaru z vody, vína, pepře, soli a petrželky uvaříme porce kapra. Z másla, cibule a mouky připravíme hladkou jíšku, zředíme ji a rozšleháme smetanou a částí vývaru z ryb. Povaříme na hladkou hustou omáčku, okořeníme ji a před podáním do ní vmícháme ementál. Kapří porce zdobíme petrželkou a přeléváme ementálovým krémem.

237. Kapr na česneku

4 porce kapra, sůl, pepř, olej, česnek, 40 g másla

Porce kapra osolíme, opepříme, opečeme na oleji, pokropíme vodou a dusíme doměkka. Před ukončením dušení přidáme rozetřený česnek (česnekovou pastu). Nakonec přidáme do šťávy máslo. Podáváme s bramborovou kaší.

238. Kapr na kmíně

500 g kapra, 40 g oleje, hladká mouka na zaprášení, petrželka, sůl a kmín

Porci kapra osolíme a pokmínujeme. Vložíme je do rozehřátého tuku a opékáme po všech stranách dozlatova. Opečené porce vyjmeme, šťávu zaprášíme moukou, osmahneme a zalijeme vlažnou vodou. Podle potřeby osolíme a vaříme, dokud se zahuštěná šťáva neoddělí od tuku. Pečeného kapra touto šťávou poléváme.

239. Pochoutkový kapr

1 kg kapra, 100 g hladké mouky, 50 g nakládaných žampionů, 100 g sterilované kapie, sůl, 2 vejce, tuk na smažení

Kapra rozporcujeme na 60-70 g porce, osolíme a pomoučíme. Z posekaných žampionů, kapie, vajec, mouky a soli připravíme směs, ve které porce kapra obalíme. Ty potom pomalu smažíme v rozehřátém tuku.

240. Kapr po „Provensálsku“

4 porce kapra, sklenka červeného vína, 2 lžičky oleje, 30 g másla, 20 g hladké mouky, 2 menší cibule, 100 g žampionů, česnek, petrželka, pepř, sůl.

V kastrolu svaříme víno a olej. Máslo smícháme s moukou a přidáme. Do vařícího základu přidáme jemně nakrájenou cibuli, česnek a žampiony, osolíme a opeříme. Pak přidáme porce kapra a na mírném ohni uvaříme doměkka, aby se nerozvařily. Šťáva musí být řídká. Každou porci posypeme jemně nakrájenou petrželkou.

241. Jánský kapr

4 porce kapra, 60 g másla, 1 lžice oleje, 1 malá cibule, 2 lžice bílého vína, 15 g sušených hub, 1 lžice hladké mouky, 3 dcl rybího vývaru, šťáva z ½ citronu, 1 lžice rajčatového protlaku, 1-2 sardelové řezy, pepř, sůl.

Jemně nakrájenou cibuli osmažíme dozlatova. Přidáme mouku, máslo, osmažíme a zalijeme vínem a vývarem z ryb. Přidáme rajčatový protlak, rozmícháme a krátce povaříme. Přidáme předem namočené a nakrájené houby a sardelové řezy. Přidáme pepř a sůl, povaříme a přecedíme. Porce kapra vložíme do omáčky a doměkka podusíme. Dochutíme citronovou šťávou.

242. Kapr plněný rýží

Celý kapr, 100 g rýže, olej, mouka, šťáva z citronu, 1 cibule, petrželka, mletá paprika, pepř, sůl.

Kapra osolíme. Uvaříme rýži, smícháme s citronovou šťávou a cibulí osmaženou na oleji. Okořeníme paprikou a kapra naplníme směsí. Kapra pak svážeme, obalíme v mouce, pokapeme zbylým olejem a ve středně vyhřáté troubě pečeme doměkka.

ŠTIKA

- | | | | |
|-------------------------------|---------|---------------------------------|---------|
| 1. Dušená štika | str. 56 | 31. Obložená štika | str. 61 |
| 2. Vařená štika | str. 56 | 32. Selská štika | str. 61 |
| 3. Grantinovaná štika | str. 56 | 33. Plněná štika | str. 61 |
| 4. Štika po d'ábelsku | str. 56 | 34. Štika v aspikové omáčce | str. 62 |
| 5. Štika v sýrovém těstíčku | str. 56 | 35. Štika na smetaně | str. 62 |
| 6. Štika pečená na žampiónech | str. 56 | 36. Zapékaná štika | str. 62 |
| 7. Štika na hříbech | str. 57 | 37. Štika plněná ořechy | str. 62 |
| 8. Štika grilovaná (dietní) | str. 57 | 38. Studená štika | str. 62 |
| 9. Štika s citrónovou omáčkou | str. 57 | 39. Milánská štičí kaše | str. 62 |
| 10. Štika po kláštersku | str. 57 | 40. Roštěná štika | str. 63 |
| 11. Pečená štika s majonézou | str. 57 | 41. Štika s Nivou | str. 63 |
| 12. Štika s máslem | str. 58 | 42. Štičí krokety | str. 63 |
| 13. Štika v bílé omáčce | str. 58 | 43. Štičí sekaná | str. 63 |
| 14. Příběnická štika | str. 58 | 44. Marinovaná štika | str. 63 |
| 15. Pražská štika | str. 58 | 45. Štika po uzenářsku | str. 63 |
| 16. Bratislavská štika | str. 58 | 46. Dábelská štika | str. 64 |
| 17. Boletická štika | str. 58 | 47. Zelená štika | str. 64 |
| 18. Vodňanské štičí krokety | str. 59 | 48. Štika na víně | str. 64 |
| 19. Štika s ořechy | str. 59 | 49. Salát ze štiky | str. 64 |
| 20. Ukrajinská štičí mísa | str. 59 | 50. Štika po vinohradnicku | str. 64 |
| 21. Uzbecká nasycená štika | str. 59 | 51. Štičí nákyp | str. 65 |
| 22. Štika s lískovými oříšky | str. 59 | 52. Štika s hrozkami | str. 65 |
| 23. Štika ve skleněné omáčce | str. 59 | 53. Štika dušená v podmaslí | str. 65 |
| 24. Štičí sousta v pergamenu | str. 60 | 54. Štika se zeleninou | str. 65 |
| 25. Štika na česneku | str. 60 | 55. Štičí klopsy | str. 65 |
| 26. Štičí knedlíky | str. 60 | 56. Tatarské štičí krokety | str. 65 |
| 27. Štika Astoria | str. 60 | 57. Papriky plněné štičím masem | str. 66 |
| 28. Štika ROCK | str. 60 | 58. Štika pečená na zelenině | str. 66 |
| 29. Vodňanské prsty | str. 61 | 59. Štika nadívaná ořechy | str. 66 |
| 30. Pečená štika s olejovkami | str. 61 | 60. Štika po toskánsku | str. 66 |

- | | | |
|------------|---------------------------------------|----------------|
| 61. | Štika se spreewaldskou omáčkou | str. 66 |
| 62. | Štika po židovsku | str. 67 |
| 63. | Štika na sardelích | str. 67 |
| 64. | Štika s vaječnou omáčkou | str. 67 |
| 65. | Štika s kedlubnem | str. 67 |
| 66. | Štika se smetanovým křenem | str. 68 |
| 67. | Štika s lososovou omáčkou | str. 68 |
| 68. | Štika na paprice a cibuli | str. 68 |
| 69. | Štika s celerem | str. 68 |
| 70. | Karbanátky ze štiky | str. 68 |

1. Dušená štika

4 porce štiky po 200 g, 50 g másla, olej, citrón, cibule, 1 stroužek česneku, zelená petržel, sůl

Porce štiky krátce opečeme na oleji. Česnek utřeme se solí, smícháme s drobně nakrájenou zelenou petrželí, citrónovou šťávou a 5 dl teplé vody. Směs přelijeme na porce ryb, přidáme na plátky nakrájenou cibuli a dusíme do měkka. Zdobíme plátky citronu a podáváme s vařenými brambory.

2. Vařená štika

4 porce štiky, 1/4 l bílého vína, 20 g másla, celý pepř, sůl

Porce štiky osolíme. Do půl litru vody dáme koření, citrón nakrájený na kolečka, víno, několik minut povaříme a vložíme porce ryby. Potom zmírníme příkon tepla a zvolna vaříme 3 až 5 minut. Stáhneme z plotny a necháme štiky ještě čtvrt hodiny v horké vodě. Podáváme polité rozpuštěným máslem, ozdobené kolečky citronu. Vhodnou přílohou jsou vařené brambory.

3. Grantinovaná štika

4 porce štiky, 6 lžic oleje, majoránka, bylinková směs Vitana (nebo drobně nakrájený kerblík, libeček nebo estragon), mletý pepř, citrón, sůl

Porce ryby lehce potřeme máslem, zalijeme směsí oleje, citrónové šťávy, soli, pepře, bylinkové směsi a majoránky. Necháme asi hodinu odležet, pak rybu osušíme a grilujeme z každé strany 8 minut. Během grilování potíráme marinádou. Podáváme s bílým pečivem a plátky citronu.

4. Štika po „d'ábelsku“

4 porce štiky, 100g másla, 50 g slaniny, lžíce hladké mouky, sladká mletá paprika, 1 feferonka, 1 kapie v oleji, citrón, zelená petržel, sůl

Porce štiky potřeme máslem, obalíme v mouce a sladké paprice. Do každé porce vložíme plátek slaniny a 1/4 feferonky. Sepneme jehlou a opečeme zprudka na másle po obou stranách. Podáváme s vařenými brambory, zdobíme proužky kapie a petrželkou.

5. Štika v sýrovém těstíčku

Štika, 100 g strouhaného ementálu, hladká mouka, tuk, zelená petržel, citrón sůl

Štiky naporcujeme, osušíme, osolíme, a jednotlivé porce obalíme ve směsi hladké mouky smíchané s jemně strouhaným sýrem. Porce osmažíme na rozpáleném tuku. Jednotlivé porce ozdobíme snítkami zelené petrželky a kolečky citronu. Podáváme s vařenými bramborami.

6. Štika pečená na žampionech

3 porce štiky po 250 g, 150 g žampionů, olej, 30 g másla, citrón, hladká mouka, sůl

Porce štiky zakapeme citrónovou šťávou, obalíme v mouce a opečeme na rozpáleném oleji. Krátce opečené ryby srovnáme do pekáčku a zvolna dusíme do měkka. Do vypečené šťávy přidáme máslo a na plátky nakrájené žampiony. Podusíme do měkka. Porce ryb rozdělíme na talíře, obložíme podušenými žampiony, ryby přelijeme šťávou z hub a podáváme s vařenými brambory.

7. Štika na hříbech

4 porce štiky, 250 g čerstvých hřibů, 1/4 l kyselé smetany, 100 g oleje, 80 g másla, cibule, pažitka, sůl

Porce štiky osolíme, opečeme na rozpáleném oleji. Nakrájené hříby podusíme na polovině másla, zbylým máslem vymažeme zapékací misku, vložíme do ní porce štiky, přidáme osolené podušené houby, zalijeme smetanou a zapečeme. Podáváme s vařenými brambory sypanými pažitkou.

8. Štika grilovaná (dietní)

300 g štiky, 4 plátky citrónu, 20 g másla, zelená petržel, sůl

Porce štiky osolíme a nasucho po obou stranách grilujeme. Měkkou rybu přelijeme máslem, ozdobíme citrónem a petrželí a podáváme s vařenými brambory.

9. Štika s citrónovou omáčkou

Asi 800 g štiky, 100 g kořenové zeleniny, půlka cibule, 4 zrna pepře, 3 nová koření, bobkový list, lžíce octa, sůl, na citrónovou omáčku : 40 g Hery, 30 g hladké mouky, 1/8 l bílého vína, 1/8 l vody, citrón, žloutek, cukr

Do vody vložíme nakrájenou zeleninu, všechno koření a lžíci octa. Vše povaříme a do horkého vývaru vložíme porce štiky. Rybu vaříme zvolna asi 12 minut, porce vyjmeme a podáváme s citrónovou omáčkou. Přílohou může být slané bílé pečivo. Příprava omáčky : z másla a mouky připravíme světlou jíšku, zředíme ji studenou vodou a vínem, našleháme a povaříme nahladko. Pak přidáme citrónovou šťávu a podle chuti osladíme. Před přelitím ryby vmícháme ve studené vodě ušlehaný žloutek a omáčku pouze prohřejeme.

10. Štika po „klástersku“

Štika, sůl, olej, hladká mouka, 150 ml octa, bobkový list, několik zrněk nového koření, 3 stroužky česneku

Štiky nakrájíme na kousky, mírně osolíme, obalíme v mouce a opečeme na oleji. Ocet svaříme s bobkovým listem a novým kořením, pak jej vlijeme do dřevěné nádoby jejíž stěny jsme potřeli česnekem. Když zálivka ochladne nalijeme ji na opečenou rybu. Po 24 hodinách podáváme s chlebem.

11. Pečená štika s majonézou

1/2 kg štiky, lžíce mouky, paprika, 80 g másla, petrželka, 1/4 kg vlašského salátu, 10 ředkviček, 150 g majonézy

Štiky nakrájíme na malé porce, osolíme, popaprikujeme, obalíme v mouce a na másle prudce do oranžova opečeme, pak porce upravíme na mísu, proložíme petrželkou, ozdobíme vlašským salátem a kolečky ředkviček. Majonézu podáváme samostatně, přílohou jsou plátky bílého chleba.

12. Štika s máslem

Asi 1500 g štiky, sůl, cibule, bobkový list, celý pepř, lžíce octa, strouhanka, petrželka, 100 g másla

Do kastrolu dáme kousek cibule, bobkový list, pepř, trochu soli, zalijeme trochou vody a necháme chvíli vařit. Pak vložíme štiky, přidáme lžíci octa a zvolna vaříme asi 15 minut. Pak štiky vyjmeme, posypeme osmahlou strouhankou, sekanou petrželkou a polijeme ji rozpáleným máslem. Podáváme obloženou malými vařenými brambůrky.

13. Štika v bílé omáčce

Štika, sůl, kořenová zelenina, 3 lžíce světlé máslové jíšky, mletý pepř, mleté nové koření, petrželka, 1/4 l kyselá smetana

Štiky nakrájíme na porce, vložíme je asi na 5 minut do horké osolené vody a necháme okapat. V litru vody uvaříme jemně krájenou zeleninu, propasírujeme ji zpět do vývaru, zahustíme jíškou, okořeníme a v této omáčce štiky uvaříme. Nakonec omáčku zjemníme kyselou smetanou a ochutíme jemně sekanou petrželkou. Podáváme s makaróny.

14. Příběnická štika

Štika, 50 g másla, sůl, 100 g slaniny, asi 6 středních brambor, cibule, 2 dcl sladké smetany, 100 g tvrdého sýra

Osolenou celou štiky položíme na pekáč a silně potřeme máslem, poklademe plátky slaniny, obložíme kolečky cibule a brambor, vše zalijeme smetanou a zvolna asi 3/4 hodiny pečeme v troubě. Rybu posypeme strouhaným sýrem, na 5 minut vrátíme do trouby a pak ihned podáváme.

15. Pražská štika

Štika, 3 lžíce sardelové pasty, 3 lžíce citrónové šťávy, pepř, 100 g másla, 2 dcl sladké smetany.

Štiky nakrájíme na slabé podkovy. Sardelovou pastu utřeme s máslem, citrónovou šťávou a pepřem. Každou podkovu kašičkou natřeme a položíme na pekáč, zalijeme smetanou a pečeme v troubě asi na 200 stupňů.

16. Bratislavská štika

Štika, 200 g másla, sůl, 150 g řeřichy

Štiky podélně rozpůlíme, osolíme a položíme na pekáč, zalijeme 150 g rozpuštěného másla a asi půl hodiny pečeme. Pak rybu upravíme na míse, posypeme nadrobno usekanou řeřichou a pokapeme zbytkem másla a můžeme pokapat citrónovou šťávou.

17. Boletická štika

4 porce štiky, 5 dcl pomerančového džusu, pepř, sůl, hladká mouka, vejce, lžíce mléka, strouhanka z dietních sucharů, olej

Porce vykostíme, osušíme, zalijeme džusem a den necháme v ledničce odležet. Opět porce osušíme, opepříme, osolíme, obalíme v hladké mouce, vejcem rozšlehaným v mléce a strouhance. Smažíme v rozpáleném oleji.

18. Vodňanské štičí krokety

1 kg štiky, 2 rohlíky, 2 vejce, lžíce krupice, 1/2 dcl mléka, sůl, hladká mouka, mletá sladká paprika, olej

Štiku udusíme, zbavíme kůže a kostí a umeleme s rohlíky, přidáme mléko, vejce, krupici, sůl a vypracujeme těsto, ze kterého připravíme krokety, obalíme je v mouce smíchané s paprikou. Krokety pak pečeme v olejem vymaštěném pekáči za občasného otočení.

19. Štika s ořechy

2 kg štiky, 1/4 kg jader vlašských ořechů, 3 žloutky, 50 g strouhanky z dietních sucharů, půl lžičky pepře, sůl, 100 g másla, 2 dcl rybího vývaru

Štiku osolíme, ořechová jádra nastrouháme, smícháme se žloutky, strouhankou a pepřem. Rybu směsí naplníme, zašijeme a pečeme na másle za občasného podlévání vývarem.

20. Ukrajinská štičí mísa

4 porce štiky, 600 g brambor, 200 g hub, 50 g tvrdého sýra, 2 dcl kyselé smetany, 2 vejce, lžíce hladké mouky, 50 g másla, 5 lžic oleje, sůl, pepř

Porce osušíme, osolíme, opepříme, obalíme v mouce a po obou stranách opečeme na oleji. Porce přendáme do ohnivzdorné mísy a na zbylém oleji osmažíme houby a přidáme je k masu. Porce obložíme na kolečka nakrájenými syrovými brambory, rozčtvrcenými vařenými vejci, vše zalijeme smetanovou omáčkou, posypeme strouhaným sýrem a asi 20 minut pečeme. Omáčku připravíme tak, že smetanu rozkvedláme s moukou, osolíme, přidáme máslo a za stálého míchání povaříme.

21. Uzbecká nasycená štika

Štika, pstruh, ouklej, 3 dcl oleje, 3 lžíce rajského protlaku, lžíce soli, lžička pepře, špetka koriandru, kousek kyselé okurky

V horkém oleji rozmícháme rajský protlak, sůl, pepř a koriandr. Všechny ryby dobře očistíme, ouklej a pstruha zbavíme hlav a ocasů. Do oukleje vložíme okurku a rybku potřeme olejovou směsí, ouklej vložíme do pstruha, kterého také potřeme olejovou směsí, pstruha vložíme do štiky a štiku zašijeme. Zvolna pečeme na roštu za občasného potírání olejovou směsí.

22. Štika s lískovými oříšky

4 porce štiky, 2 cibule, lžíce sójové omáčky, lžíce sherry, lžička solamylu, 1/2 lžičky cukru, vejce, 100 g lískových oříšků, 200 g šunky, sůl, olej

Sójovou omáčku utřeme s cukrem, špetkou soli, solamylem, sherry, vejcem a strouhanou cibulí. Do směsi namáčíme porce štiky bez kůže a větších kostí a obalujeme v mletých lískových oříšcích. Na každou porci položíme plátek šunky, přeložíme na půl, sepne párátkem a prudce osmažíme do červena.

23. Štika ve skleněné omáčce

800 g štiky, 2 bílky, lžička soli, 2 lžíce solamylu, 5 lžic oleje, 2 cibule, 2 stroužky česneku, 4 lžíce přírodního vína, 4 lžíce vody

Do bílků zašleháme 2/3 solamylu a sůl. Ve směsi máčíme tenké proužky štičího masa zbaveného kůže a větších kostí, a smažíme na oleji do červena. Do výpeku přidáme nastrouhanou cibuli, utřený česnek a vše osmahneme. Ve vodě s vínem rozmícháme zbylý solamyl, za stálého míchání roztok přilijeme na pánev a krátce povaříme. Podle chuti osolíme a podáváme v miskách ke smaženému štičímu masu, které v omáčce namáčíme.

24. Štičí sousta v pergamenu

800 g štiky, lžička soli, 6 lžic bílého vína, 2 lžíce oleje, lžička zázvoru, 2 cibule, olej na opečení

Staženou a vykostěnou rybu nakrájíme na menší čtverečky, pokapeme vínem, osolíme a necháme půl hodiny v chladnu. Z pergamenu nastříháme pásky, potřeme je olejem, na každý položíme čtvereček masa, kolečko cibule, zaprášíme zázvorem, zabalíme, uložíme na ponornou mřížku. Všechny balíčky na mřížce ponoříme na 3 minuty do rozpáleného oleje. Po vyjmutí necháme okapat a podáváme s pokrájenou cibulí.

25. Štika na česneku

800 g štiky, 1/2 kg brambor, 1,5 dcl smetany, 5 stroužků česneku, 50 g sádla, 100 g slaniny, sůl

Oloupané syrové brambory nakrájíme na kolečka, vložíme do sádlem vymazaného pekáčku a pokapeme sádlem. Na ně urovnáme porce ryby a pokryjeme tenkými plátky slaniny. Pečeme 1/2 hodiny za občasného kropení horkou vodou. Hotové jídlo zalijeme smetanou rozmíchanou s utřeným česnekem a ještě 5 minut prohřejeme.

26. Štičí knedlíky

800 g štiky, 50 g strouhanky, 50 g másla, 1 dcl smetany, lžíce krupice, vejce, cibule, pepř, sůl, vrchovatá lžíce hrubé mouky, 1 l vývaru, na omáčku : 3 dcl silného masového vývaru, 1 dcl smetany, lžíce hladké mouky, lžíce citrónové šťávy, sůl, 50 g hrozinek, lžíce strouhaného křenu

Štiku udusíme na másle, stáhneme, vykostíme a s cibulí umeleme. Přidáme smetanu, strouhanku, krupici, vejce, pepř a sůl. Z těsta uděláme knedlíky veliké jako citrón, obalíme je v mouce, vhadujeme do více osoleného vroucího vývaru a vaříme 10 minut. Podáváme je s omáčkou, kterou připravíme ze silného vývaru zahuštěného moukou rozkvedlanou ve smetaně a povařeného s pokrájenými hrozkami. Před podáváním omáčku osolíme a ochutíme citrónovou šťávou a strouhaným křenem. Knedlíky lze podávat také s rajskou omáčkou.

27. Štika Astoria

1 kg štiky, 50 g cibule, 50 g karotky, 20 g petržele, 3 dcl hovězího vývaru, 1 dcl smetany, lžíce hladké mouky, mletý pepř, sůl, 100 g ořechových jader, cukr

Zeleninu nadrobno pokrájíme, osolíme, opepříme, osladíme a uvaříme ve vývaru. Do pekáčku srovnáme porce štiky a za podlévání připravenou polévkou je udusíme. Pak maso vyjmeme, upravíme na talíře, do omáčky přidáme smetanu se zakvedlanou moukou, mleté ořechy, krátce povaříme, nalijeme na rybu a ihned podáváme.

28. Štika ROCK

1 kg štiky, 200 g cibule, 3 stroužky česneku, lžička cukru, lžička medu, lžíce citrónové šťávy, bobkový list, 2 hřebíčky, sůl, 50 hrozinek, lžička bramborové mouky, 2 dcl hovězího vývaru

Porce štiky dusíme na pekáčku za občasného podlévání vývarem, v němž jsme povařili koření, citrónovou šťávou, cukr, med, sůl, utřený česnek a nastrouhanou cibuli. Asi po 1/4 hodině maso vybereme. Zbylou šťávou procedíme, zahustíme bramborovou moukou, krátce povaříme s hrozkami a studenou nalijeme na štiku.

29. Vodňanské prsty

1/2 kg štičího masa, 1/2 kg telecí kýty, 50 g másla, 50 g strouhanky, 2 vejce, 2 lžíce smetany, špetka muškátu, lžička nadrobno usekané petrželové natě, sůl, polohrubá mouka, olej

Štiku udusíme na másle, zbavíme kůže, kostí a semeleme se syrovým telecím odžilkovaným a odblaněným masem, přidáme všechny ostatní suroviny, promícháme a z hmoty naděláme válečky, které obalíme v mouce a usmažíme na oleji.

30. Pečená štika s olejovkami

4 porce štiky, 100 g žampionů, 100 g másla, 100 g strouhanky, rajče, 4 olejovky, lžíce papriky, 2 kapie naložené v oleji, cibule, lžička červené papriky, pepř, sůl, 2 dcl bílého vína

Štiku osolíme, opepříme a popaprikujeme, na olejem vymaštěný malý pekáček rozprostřeme nakrájenou cibuli, kapie, rajče, rybí porce, na každou porci položíme olejovku, posypeme krájenou pažitkou, umletými žampiony a zalijeme vínem. Zakryté pečeme asi půl hodiny. Na másle osmahneme strouhanku, pokrm jí posypeme a asi dalších 10 minut zapečeme. Podáváme s rýží.

31. Obložená štika

4 porce štiky, sůl, 50 g hladké mouky, 100 g másla, 2 dcl bílého vína, 50 g křenu, 30 g kopru, 4 vejce

Porce osolíme, zaprášíme moukou, na másle prudce osmahneme, podlijeme vínem a dopečeme. Rybu přendáme na mísu, zakapeme výpekem, zasypeme strouhaným křenem, usekaným koprem a ozdobíme nakrájenými vejci.

32. Selská štika

600 g štiky, lžíce sladké papriky, sůl, 1/2 kg kyselého zelí, 50 g sádla, 100 g zelených paprik, 50 g cibule, 1 dcl kyselá smetana, lžíce hladké mouky, lžíce kopru

Porce štiky bez kůže a kostí osolíme, zaprášíme paprikou a necháme hodinu odležet. Zelí uvaříme v osolené vodě, na sádle osmahneme nastrouhanou cibuli a na velmi drobno pokrájené zelené papriky, přidáme zelí, zbytek papriky, štičí maso a vše 20 minut dusíme za občasného podlití horkou vodou. Zalijeme smetanou rozkvedlanou s moukou, povaříme, posypeme koprem.

33. Plněná štika

2 kg štiky, 2 žemle, 2,5 dcl mléka, 100 g vařeného morku z hovězích kostí, 50 g tvrdého sýra, 150 g hub (lišek), 2 žloutky, sůl, 1/2 lžičky pepře, 1/2 lžičky zázvoru, 1 dcl oleje, 1 dcl citrónové šťávy, 2 dcl bílého vína, 50 g másla

V mléce rozmočíme žemle, vymačkáme je, smícháme s morkem, strouhaným sýrem, na másle udušenými pokrájenými houbami, žloutky, solí a kořením. Nádivkou rybu naplníme, zašijeme ji, osolíme a pečeme. Během pečení podléváme vínem rozmixovaným s olejem a citrónovou šťávou.

34. Štika v aspikové omáčce

Štika, 1 l vody, sůl, citrónová kůra, 50 g cibule, 50 g petržele, 50 g mrkve, 2 lžíce octa, 5 pepřů, 4 hřebíčky, 2 bobkové listy

Nastrouhanou zeleninu, sůl, citrónovou kůru a koření vaříme ve vodě s octem 15 minut. Procezeným vývarem zalijeme štiky, uloženou na pekáčku, a dusíme ji do měkka, vyndáme, marinádu svaříme na polovinu objemu, rybu v ní smočíme a studenou podáváme.

35. Štika na smetaně

600 g štiky, 3 lžíce octa, 2 dcl smetany, 20 g hladké mouky, sůl, lžička cukru, 30 g kopru.

Štiky udusíme v osolené vodě s octem, ve smetaně rozkvedláme mouku, osolíme, 5 minut povaříme, osladíme, přidáme kopr a na okapanou rybu nalijeme.

36. Zapékaná štika

600 g štiky, 1 dcl bílého vína, 1/2 l oleje, 1/2 dcl citrónové šťávy, 100 g cibule, 2 stroužky česneku, 400 g rajčat, 200 g žampionů, 2 čerstvé kapie, sůl.

Porce štiky zalijeme studenou marinádou z vína, oleje, citrónové šťávy, nastrouhané cibule, utřeného česneku a soli a přes noc uložíme do ledničky. Druhý den přidáme nadrobno nakrájená rajčata, žampiony, kapie a vše zapékáme bez pokličky asi 20 minut.

37. Štika plněná ořechy

Mensí štika, 2 matjesy, 2 žloutky, sůl, pepř, 20 g ořechů, 50 g husího sádla

Matjesy namočíme do vody, vymačkáme, přidáme žloutky, sůl, pepř, nakrájené ořechy a touto nádivkou naplníme štiky, zašijeme ji, osolíme a pečeme na husím sádle, za občasného podlití horkou vodou.

38. Studená štika

600 g štiky, 1/2 dcl oleje, 50 g cibule, 50 g mrkve, 2,5 dcl bílého vína, sůl, lžíce citrónové šťávy, špetka citrónové kůry, pepře, tymiánu, nového koření a drceného bobkového listu.

Na oleji zpěníme nastrouhanou cibuli a mrkev, přidáme víno, citrónovou šťávu a kůru, koření, osolenou rybu a pečeme 20 minut za občasného podlití horkou vodou.

39. Milánská štičí kaše

600 g štiky, sůl, 1 dcl smetany, 1 dcl oleje, 50 g másla, 300 g hřibů, lžíce krupice, špetka drceného kmínu

Štiky bez kůže a kostí umeleme, osolíme, přidáme smetanu a vše za stálého míchání zahříváme, až se všechna smetana vstřebá. Pak pomalu, za stálého míchání, přikapáváme olej. Vše 10 minut zvolna dusíme. Na másle orestujeme nakrájené hříby, zahustíme je krupicí, ochutíme kmínem, osolíme a podáváme jako přílohu ke štičí kaši.

40. Roštěná štika

800 g štiky, 50 g hladké mouky, sůl, 100 g másla, 100 g strouhanky, lžíce citrónové šťávy, tatarská omáčka

Štiku bez kůže a kostí pokrájíme na dílky asi 2 cm silné, osolíme, obalíme v mouce, smočíme v másle a obalíme ve strouhance. Grilujeme na roštu a podáváme pokapané citrónovou šťávou s tatarskou omáčkou.

41. Štika s Nivou

Štika, na marinádu: 3 dcl bílého vína, 3 dcl vody, 2 dcl octa, lžička soli, po 50 g strouhané mrkve a petržele, 50 g nakrájené cibule, snítka estragonu, bobkový list, 10 pepřů, 2 hřebíčky, špetka tymiánu, kolečko citrónu, na omáčku: 100 g Nivy, lžíce ostré francouzské hořčice, lžíce rajského protlaku, 2 lžíce mléka, půl lžičky cukru, špetka pepře, sůl

Všechny suroviny na marinádu smícháme, 1/4 hodiny povaříme, vložíme štiku a na mírném ohni dusíme. Pak rybu vyndáme na mísu a zalijeme omáčkou. Omáčka : sýr rozmixujeme s mlékem, protlakem, hořčicí, solí, cukrem a pepřem. Pokrm podáváme vychlazený.

42. Štičí krokety

800 g štiky, 200 g bešamelové omáčky, sůl, vejce, strouhanka, sádlo

Maso uvaříme ve slané vodě, zbavíme kůže a kostí, umeleme, přidáme sůl, bešamel a na hodinu uložíme v chladu. Z vychladlého těsta vykrajujeme krokety, obalíme ve strouhance, vejci a znovu ve strouhance a smažíme v horkém sádle. Bešamel: ze lžíce másla a 50 g polohrubé mouky upražíme jíšku, zalijeme 3 dcl teplého mléka a 10 minut povaříme.

43. Štičí sekaná

800 g štiky, 200 g měkkého tvarohu, 2 vejce, 4 lžíce krupice, 2 lžíce sladké smetany, sůl, 5 natvrdo vařených vajec, máslo, strouhanka

Štičí maso lehce v páře podusíme, zbavíme kůže a kostí, umeleme, přidáme tvaroh, vejce, sůl, krupici a dobře promícháme. Vypracujeme šišku, naplníme ji vařenými vejci, vložíme na pergamenový papír, vydatně potřeme máslem, obalíme ve strouhance a pečeme za občasných postříkání horkou vodou.

44. Marinovaná štika

800 g štiky, 50 g hladké mouky, 2 dcl octa, 4 dcl vody, bobkový list, 4 nová koření, 10 pepřů, 2 stroužky česneku, sůl, polohrubá mouka, olej

Rybu nakrájíme na podkovy silné 1,5 cm. Osolíme, obalíme v polohrubé mouce a usmažíme na oleji. Ocet svaříme s vodou, utřeným česnekem, solí a kořením a studeným roztokem rybu zalijeme, uložíme na 2 dny do chladničky, pak z marinády vyjmeme a podáváme.

45. Štika po „uzenářsku“

Štika, 100 g slaniny, 100 g vařené šunky, pepř, sůl, 1 dcl smetany, 1 dcl bílého vína, 2 lžíce citrónové šťávy, 100 g másla

Štiku obalíme v na nudličky nakrájené šunce, osolíme, zaprášíme moukou a pepřem a ze všech stran opečeme na másle. Podlijeme vínem, smetanou a do měkka udusíme. Před podáváním pokapeme citrónovou šťávou.

46. Ďábelská štika

4 porce štiky, 6 stroužků česneku, 6 feferonek, sůl

Porce štiky bez kůže a větších kostí dusíme asi 20 minut na pařáku. Rozehřejeme olej, přidáme česnek utřený se solí, pokrájené feferonky a necháme na mírném ohni zpěnit. Do horkého oleje vložíme rybu a po vychladnutí necháme 24 hodin marinovat v lednici. Pak porce z oleje vyjmeme, v páře prohřejeme a podáváme.

47. Zelená štika

2 kg štiky, 120 g másla, sůl, pepř, šťáva z 1 citronu, 1 dcl hovězího vývaru, 1 dcl burčáku, špetka anýzu, lžice šťovíku, lžice řeřichy, lžice petrželové natě, lžice pažitky, lžice kopru

Štiku osolíme, potřeme polovinou rozpuštěného másla, opepříme, okořeníme anýzem, prudce osmahneme a pak za občasného podlévání burčákem rozředěným vývarem upečeme. Potřeme zbytkem másla, upravíme na míse, posypeme směsí všech uvedených umletých bylinek.

48. Štika na víně

4 porce štiky, 50 g hladké mouky, sůl, půl lžičky pepře, 50 g másla, 1/2 dcl rybího vývaru, 1,5 dcl bílého vína, 100 g žampionů, 1,5 dcl kyselého smetany, žloutek, 30 g šunky

Porce bez kůže a větších kostí osolíme, zaprášíme moukou a pepřem, opečeme na másle, podlijeme vývarem, vínem, zasypeme na drobno pokrájenými žampiony a dusíme 15 minut. Rybu vyjmeme, šťávu zahustíme smetanou s rozkvedlaným žloutkem, prohřejeme, nalijeme na štiku a zdobíme usekanou šunkou.

49. Salát ze štiky

600 g pečené štiky, 150 g pórku, 150 g čínského zelí, 300 g fazolí v rajské omáčce, půl lžičky pepře, sůl

Pečené maso vykostíme, nakrájíme, přidáme na kolečka nakrájený pórek a na nudličky nakrájené čínské zelí, fazolky i s omáčkou, koření a sůl, vše promícháme.

50. Štika po „vinohradnicku“

3/4 kg štiky, lžička soli, 3,5 dcl tokajského vína, 100 g másla, 40 g hladké mouky, po 70 g rajčat, sterilovaných žampionů a vinných hroznů

Rybu nakrájíme na větší kousky, osolíme a udusíme na víně do měkka. Pak maso vyndáme, přidáme máslovou jíšku, nakrájená rajčata, po 5 minutách nakrájené žampiony, bobule vína a omáčku podáváme k rybě.

51. Štičí nákyp

1/2 kg štiky, 100 g žampionů, 50 g másla, 50 g hladké mouky, 1,5 dcl mléka, 1,5 dcl smetany, 50 g strouhanky z dietních sucharů, 3 vejce, 50 g sterilovaného hrášku, sůl, muškátový oříšek

Štiku bez kůže a kostí umeleme se žampiony, z másla a mouky připravíme jíšku, rozředíme mlékem a povaříme na bešamel. Přidáme žloutky, ostatní uvedené přísady a nakonec sníh z bílků. Kaši vlijeme do vymaštěné vysypané formy a hodinu vaříme v páře.

52. Štika s hrozkami

2 porce štiky, 30 g hrozinek, sůl, 50 g hladké mouky, 2 dcl oleje

Porce bez kůže a větších kostí nožem propícháme a každý otvor vyplníme hrozkou, osolíme, zaprášíme moukou, smočíme v oleji, zabalíme do alobalu a asi 20 minut pečeme.

53. Štika dušená v podmáslí

2 porce štiky, 30 g cibule, lžíce oleje, sůl, lžíce citrónové šťávy, 1 dcl podmáslí, 50 g strouhaného sýra, 30 g másla

Nastrouhanou cibuli zpěníme na oleji, přidáme osolené, citrónovou šťávou pokapané porce štiky bez kůže a větších kostí, podlijeme podmáslím a asi 10 minut dusíme. Hotový pokrm posypeme strouhaným sýrem a pokapeme máslem.

54. Štika se zeleninou

2 porce štiky, sůl, 50 g mrkve, 40 g celeru, 30 g pórků, 30 g másla, 30 g hladké mouky, 1 dcl smetany, špetka muškátového květu, žloutek, petrželová nať, kopr

Rybu uvaříme ve slané vodě, mrkev, celer a cibuli nastrouháme, pórek nakrájíme na tenká kolečka a vše dusíme na másle 1/4 hodiny za občasného podlití horkou vodou. Ve smetaně rozmícháme mouku, žloutek, muškátový květ, sůl, pokrájenou petrželovou nať a kopr, zeleninovou omáčku zalijeme a za stálého míchání ještě asi 5 minut povaříme a podáváme s teplou rybou.

55. Štičí klopsy

200 g štiky, 100 g hovězího morku, půl cibule, petrželovou nať, špetka pepře, lžička citrónové šťávy, 2 žloutky, půl dcl mléka, lžíce krupice, sůl

Štičí maso bez kůže a kostí umeleme se syrovým morkem, cibulí a natí a promícháme se všemi ostatními surovinami. Ze směsi naděláme koule velikosti vejce a asi 12 minut je ve slané vodě vaříme.

56. Tatarské štičí krokety

3/4 kg štiky, 1/4 kg skopového masa, lžíce krupice, 2 stroužky česneku, sůl, olej

Vykostěnou a staženou štiku spolu se skopovým masem umeleme, osolíme, promícháme s krupicí a s utřeným česnekem a ze směsi vyválíme válečky, které do červena osmažíme na oleji.

57. Papriky plněné štičím masem

4 velké papriky, 1/4 kg pečeného štičího masa, 50 g předvařené rýže, 50 g másla, vejce, 2 lžíce hladké mouky, 2 lžíce rajského protlaku, 2 dcl hovězího vývaru, lžíce červeného vína, pepř, cukr, sůl

Maso bez kůže a kostí umeleme, přidáme předvařenou rýži, rozpuštěné máslo, vejce, směs opeříme, osolíme a naplníme jí papriky. Protlak s moukou rozmícháme ve vývaru, omáčku přichutíme vínem, osolíme, osladíme a papriky v ní udusíme.

58. Štika pečená na zelenině

1 štika, 2 velké cibule, 1 mražená zelenina (mrkev, hrášek, kukuřice), sůl, rybí koření, polévkové koření,

Očištěnou rybu zbavenou vnitřností, hlavy, šupin a ploutví nasolíme, posypeme rybím kořením a necháme uležet. Pekáč vylijeme olejem a nakrájenou cibuli rozložíme na plech. Na ní položíme rybu, zasypeme zbytkem cibule a mraženou zeleninou. Vše posypeme polévkovým kořením. Dáme do trouby a necháme péct na 180 stupňů asi 40 min. Po 15 minutách podlijeme lehce vodou a necháme dopéct.

59. Štika nadívaná ořechy

1 štika, 100 g másla, 150 g ořechů, 2-3 cibule, sůl, pepř, petrželová nať, 3 rajčata, tuk na vymaštění pekáče

Rybu očistíme, vykucháme, uvnitř osolíme. Cibuli nadrobno pokrájíme, osolíme, přidáme rozkrájené ořechy a nasekanou petrželku, opeříme, touto směsí rybu naplníme a zašijeme. Vložíme na vymaštěný pekáč, potřeme máslem, podlijeme vodou a necháme péct ve vlastní šťávě. Můžeme přidat rajčata nakrájená na plátky. Podáváme s chlebem.

60. Štika po Toskánsku

1,5 kg štiky, 4 rajčata, 5 stroužků česneku, pepř, sůl, oregano, 0,5dl olivového oleje, 1 lžíce nasekané petrželky, 1dl bílého suchého vína

Česnek utřeme a rajčata nakrájíme na tenké plátky. Do pekáče dáme vrstvu rajčat, osolíme, opeříme a okořeníme oreganem. Rybu osolíme, opeříme a břišní dutinu vymažeme utřeným česnekem. Vložíme petržel a plátky rajčat, položíme do pekáče a přikryjeme zbytkem plátků rajčat. Osolíme, opeříme a okořeníme oreganem. Polijeme olivovým olejem a vínem.

Pečeme v troubě při 150 stupních asi 40 minut. Při pečení občas podléváme šťávou.

61. Štika se spreewaldskou omáčkou

1 lžíce octa, sůl, 1 bobkový list, 1 jalovčinka, 2 celé pepře, 4 filety štiky, 1 červená cibule, 1 mrkev, 100 g celeru, 1/2 póru, 50 g másla, 20 g hladké mouky, 100 g kysané smetany, pepř, špetka cukru, šťáva z půlky citronu, 1 lžíce sekaného kopru, 2 lžíce sekané petrželky

Ocet, sůl, bobkový list a koření vaříme v 1 1/2 litru vody. Poté přidáme omytou rybu a zhruba 15 min. vaříme pod bodem varu. Oloupanou cibuli nakrájíme na kolečka. Oloupeme mrkev a celer, očistíme pórek. Zeleninu omyjeme a nakrájíme na nudličky. Rozehřejeme máslo a zeleninu na něm podusíme. Přilijeme 250 ml rybího vývaru, asi 10 min. Vaříme. Mouku rozmícháme dohladka ve studené vodě a zahustíme omáčku. Vmícháme kyselou smetanu. Omáčku už nevaříme. Osolíme, opeříme a pikantně ochutíme špetkou cukru a citronovou šťávou. Přidáme petrželku a kopr.

62. Štika po židovsku

1 štika kolem 1kg čisté váhy po očištění, 2 vejce na tvrdo, 2 vejce syrová, zelená petrželka, 1,5kg cibule, olej, pepř, sůl

Čerstvou štikou si necháme vykuchat, oškrábat, zbavit hlavy a stáhnout z kůže. Kůži si nezapomeneme nechat přibalit Vejce na tvrdo oloupeme a drobně rozsekáme, rozsekáme petržel a syrová vejce rozšleháme. Štikou rozebereme rukama tak, abychom vyndali všechny kostičky a zbyly nám jen kousky masa. Maso usekáme na hrubo. Smícháme maso, usekaná vejce a petrželku a rozšlehaná syrová vejce. Osolíme, opepříme. Kaši nandáme do kůže, ale ne všechnu, jinak by ryba při pečení praskla (zbytek kase uvaříme ve vymaštěném hrnečku v páře nebo zahustíme rozdrčenými matesy nebo i strouhankou, uděláme malé knedlíčky, které uvaříme v zeleninovém vývaru; vlastně neuvaříme, necháme jen táhnout). Kůži sešijeme. Cibuli oloupeme a nakrájíme na slabé půlměsíčky. Do zapékací misky nalijeme půl hrnku dobrého, třeba slunečnicového oleje a vsypeme všechnu cibuli. Lehce osolíme a polijeme dalším půl hrnkem oleje (nesmí se použít máslo). Na cibuli vložíme rybu. Misku pokryjeme hliníkovou folií a vložíme do slabě (do 100°) vytopené trouby. Pečeme hodinu až hodinu a půl zakryté, pak folii sundáme a pečeme další jednu až dvě hodiny odkryté. Celou dobu nemusíme troubu hlídat, nemusíme podlévat, pouze rybu jednou až dvakrát otočíme. Výsledkem by měla být upečená ryba, která se kraji jako roláda a lehce nasládlá, světle hnědá, hustá cibulová omáčka. Podáváme v zapékací mise, nakrájené na plátky, obložené knedlíčky ze zbylé rybí kaše, posypané zelenou petrželkou.

63. Štika na sardelích

800 g štiky, 50 g sardelí, 1 citrón, sůl, 150 g máslo

Štikou očistíme, vykucháme, omyjeme a osušíme. Takto nachystanou rybu osolíme, protkneme částí sardelí rozkrájených na úzké proužky a zbytek sardelí utřeme s částí másla a touto směsí rybu celou potřeme. Zbytek másla rozpustíme v pánvi, vložíme na ně připravenou štikou a za stálého přelévání šťávou a občasného otáčení ji pečeme. Upečenou štikou dáme na talíř, výpek dochuťme trochou citrónové šťávy, rybu jím přelijeme, ozdobíme plátky citrónu a podáváme s dušenou rýží nebo vařenými bramborami.

64. Štika s vaječnou omáčkou

600 g štiky, 200 ml bílé víno, petrželová nať, citrónová šťáva, pepř 1/2 lžička, cukr, 50g máslo, 3 vejce (uvařená natvrdo), 1 lžíce ocet

Štikou omyjeme, pokapeme citrónovou šťávou rozmíchanou se solí a na chladném místě necháme asi 2 hodiny odležet. Odleželé maso pak osušíme, vložíme do pekáče, zalijeme vínem, posypeme nasekanou petrželovou natí, cukrem a pepřem, přikryjeme a ve vyhřáté troubě upečeme do měkka. Měkké maso vyjmeme a vypečenou šťávu slijeme a použijeme na přípravu omáčky. Do rozehtátého másla přidáme nastrouhaná vejce, zalijeme vypečenou šťávou, přidáme ocet, nasekanou petrželovou nať a za stálého míchání několik minut povaříme. Rybu potom podáváme politou omáčkou a s opékanými bramborami.

65. Štika s kedlubnem

0,5 kg štiky, solamyl, 2 bílky, citrón, 4 lžíce oleje, pórek, kedlubna, 1 dl vína, vegeta vývar (nebo bujón), petrželová nať

Štikou zbavíme kůže a velkých kostí, pokrájíme na kostky, osolíme a promícháme s polovinou máčeného solamylu a rozšlehanými bílkami. Pokapeme citrónovou šťávou a necháme 20 minut odležet. Osmažíme na oleji doměkka, přidáme na kolečka nakrájené pórků a nastrouhané kedlubny. Podlijeme vínem, dochuťme vegetou, přidáme vývar a podusíme. Nakonec zahustíme zbytkem máčeného solamylu a podáváme s petrželovou natí.

66. Štika se smetanovým křenem

4 porce štiky, 60 g kořenové zeleniny, citronová šťáva, sůl Smetanový křen: 3 lžíce nastrohaného křenu, 4 dcl kysané smetany, 1 lžíce hladké mouky, 80 g másla, sůl

Porce štiky vložíme do vařící osolené vody, přidáme citronovou šťávu a kořenovou zeleninu nakrájenou na plátky. Vaříme cca 15 minut. Vařené porce vyjmeme, dáme na talíře a přelijeme smetanovým křenem. Smetanový křen: máslo smícháme s moukou. Křen polijeme 1 dcl vývaru, přidáme máslo s moukou, převaříme, zalijeme kysanou smetanou, podle chuti osolíme a rozmícháme. Krátce povaříme.

67. Štika s lososovou omáčkou

0,5 kg štiky, 80 g žampionů, 2 dcl bílého vína, 2 lžíce lososa ve vlastní šťávě (konzerva), 1 lžíce hladké mouky, 2 dcl vody, 1 lžíce másla, citron, sůl, pepř

Štiku zbavíme kůže, osolíme, zalijeme vínem a necháme odležet 2-3 hodiny. Pak přidáme trochu vody a dusíme doměkka. Z másla a mouky připravíme světlou jíšku, zředíme ji vývarem a povaříme. Přidáme na plátky nakrájené žampiony, na kousky nakrájeného lososa, citron, pepř, sůl a převaříme. Dušenou štiku přeléváme omáčkou a podáváme s bramborem.

68. Štika na paprice a cibuli

4 porce štiky, sůl, paprika, lžíce octa, mouka na obalení, olej na opečení, 1 cibule, 30 g másla, šťáva z půlky citronu

Porce osolíme, popaprikujeme a pokapeme octem. Necháme hodinu odpočinout. Porce obalíme v mouce a opečáme na oleji. Cibuli nakrájíme na kolečka a na másle opečáme dozlatova a pak zakapeme citronovou šťávou. Opečené porce posypeme cibulí a přelijeme výpekem.

69. Štika s celerem

4 porce štiky, 50 g másla, 1 žloutek, 1½ dcl smetany, 250 g celeru, sůl, ocet, cukr, 30 g hladké mouky, ½ sklenky bílého vína, voda

Do 1½ dcl vody přidáme cukr, sůl, ocet a přivedeme k varu. Do vývaru přidáme plátky celeru a uvaříme doměkka. Vařený celer vyndáme a do vývaru dáme porce štiky. Zvolna vaříme asi 15 minut. Vařené maso vyndáme, vývar zahustíme světlou jíškou z másla a mouky. Zředíme ji vínem a povaříme na hustou omáčku. Nakonec do ní přidáme žloutek a již nevaříme. Maso přeléváme omáčkou a podáváme s rýží.

70. Karbanátky ze štiky

800 g masa ze štiky, 1 vejce, 1 dcl mléka, 50 g cibule, sůl, 10 g hladké mouky, vejce, mouka a strouhanka na obalení, olej na smažení

Maso bez kostí rozemeleme, smícháme se solí, vejcem, moukou, nadrobno nakrájenou cibulí, mlékem a promícháme. Ze směsi tvoříme malé karbanátky a obalujeme je v trojbalu. Smažíme z obou stran do červena. Podáváme s bramborovým salátem nebo s bramborovou kaší.

PSTRUH

1. Pstruh podle uzenáře	str. 71	31. Plněný pstruh	str. 76
2. Pstruzi namodro	str. 71	32. Pstruzi s bedrníkem	str. 76
3. Pstruh na roštu	str. 71	33. Piedmontští pstruzi	str. 76
4. Pstruzi na smetaně	str. 71	34. Pstruzi z Mont-Dore	str. 76
5. Pstruzi na víně	str. 71	35. Česnekoví pstruzi	str. 77
6. Pstruh s houbami v alobalu	str. 71	36. Benátští pstruzi	str. 77
7. Pstruzi s petrželovou omáčkou	str. 72	37. Pstruzi s hroznkovou omáčkou	str. 77
8. Pstruzi v tokajském víně	str. 72	38. Pstruzi nadívaní švestkami	str. 77
9. Pstruzi v červeném víně	str. 72	39. Plněné pstruží závitky	str. 77
10. Pstruh s křenovou majonézou	str. 72	40. Pstruh s hráškem	str. 77
11. Pstruh na hříbech	str. 72	41. Tchajwanský pstruh	str. 78
12. Pstruh na másle	str. 72	42. Japonský pstruh v alobalu	str. 78
13. Pikantní grilovaný pstruh	str. 73	43. Irácký pstruh na roštu	str. 78
14. Pstruh po mlynářsku (dietní)	str. 73	44. Íránský pstruh kořeněný	str. 78
15. Pstruh nebo okoun v oleji	str. 73	45. Pstruh na trávníku	str. 78
16. Pstruh plněný ořechy	str. 73	46. Pstruzi s banány	str. 78
17. Pstruh po čínsku	str. 73	47. Tuční pstruzi	str. 79
18. Pstruh po krkonošsku	str. 74	48. Pstruzi z Navarry	str. 79
19. Pstruh se zeleninou	str. 74	49. Zlatí pstruzi	str. 79
20. Pstruh vařený s bylinkovým máslem	str. 74	50. Pstruzi na mandlích	str. 79
21. Pstruh po arménsku	str. 74	51. Citrónoví pstruzi	str. 79
22. Dušený pstruh v zelenině	str. 74	52. Pstruzi s koprovou nádivkou	str. 79
23. Pstruh s mandlovou omáčkou	str. 74	53. Pstruh dušený se zeleninou II.	str. 80
24. Pikantní pstruh	str. 75	54. Pstruh na modro II.	str. 80
25. Stupavští pstruzi	str. 75	55. Pstruh s mandlovým sosem	str. 80
26. Grilování pstruzi po čínsku	str. 75	56. Pstruh po sicilsku	str. 80
27. Kantonští pstruzi	str. 75	57. Pstruh se smetanovo sýrovou omáčkou	str. 80
28. Plnění pstruzi v alobalu	str. 75	58. Pstruh plněný „ala“ Provence	str. 81
29. Opilý pstruh z Komárna	str. 76	59. Pstruh po navarsku	str. 81
30. Tradiční pstruh po afganistánsku	str. 76	60. Filátka ze pstruha se studenou omáčkou	str. 81

61. Flambovaná filátka ze pstruha	str. 81
62. Pstruh podle indiánů	str. 81
63. Otavský pstruh na bylinkách	str. 82
64. Pstruh pečený po šumavsku	str. 82
65. Pstruh s rýnskou křenovou majonézou	str. 82
66. Pstruh podle Ernesta Hemingwaye	str. 82
67. Pstruh po Savojsku	str. 82
68. Pstruh na cibuli	str. 83
69. Pstruh v alobalu	str. 83
70. Smažený pstruh se sýrem	str. 83
71. Pstruh s rozinkami	str. 83
72. Siven s nivou a slaninou	str. 83
73. Pečený siven s tymiánem	str. 83
74. Pstruh v ananasu	str. 84
75. Filety ze pstruha na špenátu	str. 84
76. Pstruh na rajčatech	str. 84
77. Pstruh po žebračku	str. 84
78. Pstruh s kari kořením	str. 84
79. Pstruh pod sklem	str. 85
80. Pstruh po kreolsku	str. 85
81. Arménský pstruh	str. 85
82. Marinování pstruzi na grilu	str. 85
83. Pstruh se šunkou	str. 86
84. Marinovaný pstruh s italskou omáčkou	str. 86
85. Pstruh s pikantní směsí	str. 86
86. Pstruh s citronovým máslem	str. 86
87. Pstruh po šumavsku	str. 86

1. Pstruh podle uzenáře

4 pstruzi, 12 dkg másla, 6 dkg žampionů, cibule, citrón, sůl, pepř, olej, bílé víno, worchester, 15 dkg šunky, zelená petrželka, sladká paprika, mouka

Pstruhy nařízneme ve hřbetu a vykucháme. Vzniklou kapsu potřeme paprikou a sekanou petrželkou a do kapsy vložíme nakrájené žampiony a cibuli. Pstruhy obalíme plátky šunky, osolíme a pomoučíme. Takto připravené pstruhy poklademe plátky citrónu a pečeme na oleji. Upečené pstruhy podlijeme vínem a máslem a chvíli podusíme. Podáváme s bramborami.

2. Pstruzi namodro

Pstruzi, ocet, pepř, cibule, bobkový list, brambory, šlehačka

Pstruhy přelijeme vařícím octem (zmodrají), pak je vložíme do mírně vroucí vody, přidáme několik zrněk pepře, několik koleček cibule, bobkový list a vaříme 10 - 15 minut. Pstruhy opatrně vyndáme na mísu, ozdobíme citrónem a petrželkou a opékanými bramborami. Dále si připravíme máslovou zápražku, tu rozmícháme s vývarem ze pstruhů, přidáme citrónovou šťávu a necháme přejít varem a nakonec zjemníme žloutkem a lžící šlehačky. Touto máslovou omáčkou pak pstruhy polijeme.

3. Pstruh na roštu

4 pstruzi, strouhaná houska, citrón bílý mletý pepř, olej, sůl

Pstruhy uvnitř osolíme, opepříme, celé potřeme olejem a obalíme ve strouhané housce. Na mřížce grilu pečeme po obou stranách do měkka. Podáváme s opečenými bramborami a rajčatovým salátem.

4. Pstruzi na smetaně

3 pstruzi, máslo, 1 dcl bílého vína, 1/4 l smetany, strouhaný muškátový oříšek, citrón, sůl

Pstruhy osušíme a zevnitř i zvenčí osolíme, vložíme do teflonové pánve na rozpuštěný tuk a z obou stran opečeme, podlijeme vínem, přidáme muškátový oříšek a zvolna asi 10 minut dusíme. nakonec přidáme smetanu a ochutíme citronovou šťávou. Pstruhy ozdobíme citrónem a podáváme s hranolky.

5. Pstruzi na víně

4 pstruzi, cibule, pórek, celer, bobkový list, pepř, 1/8 bílého vína, 1/8 l rumu, zelená petržel, sůl

Pstruhy naložíme do hliněné nádoby, zalijeme vínem, rumem, přidáme drobně nakrájenou zeleninu, koření a necháme asi 6 hodin odležet. Pak vše ve stejné nádobě mírně povaříme. Podáváme horké sypané zelenou petrželkou. Přílohou může být chléb.

6. Pstruh s houbami v alobalu

2 pstruzi, 2 větší žampiony, zelená petržel, 2 lžice másla, sůl, citrón

Pstruhy zvenku i zevnitř osolíme, pokapeme citrónovou šťávou a naplníme nakrájenými houbami, kouskem másla a snítkou petržele. Naplněné pstruhy zabalíme pevně do alobalu, vložíme do grilu a za občasného obracení grilujeme 15 minut. Podáváme s krajíčky bílé večky

7. Pstruzi s petrželovou omáčkou

3 pstruzi, 3 žloutky, zelená jemně sekaná petržel, olej, citrón, sůl, nové koření, kořenová zelenina

Nejprve připravíme odvar. Nakrájenou kořenovou zeleninu, nové koření, citronovou šťávu a sůl svaříme v 1 litru vody. Odvar ponecháme na mírném ohni a vložíme pstruhy i s hlavou a zvolna vaříme asi 15 minut. Omáčka : natvrdo uvařené žloutky rozetřeme a smícháme s citronovou šťávou, pepřem a drobně nasekanou kořenovou zeleninou. Za stálého míchání přikapáváme olej. Pstruhy podáváme s brambory a zalijeme omáčkou.

8. Pstruzi v tokajském víně

Pstruzi, tokajské víno, bobkový list, rozmarýna, muškátový květ, šafrán, sůl, máslo, hladká mouka, citrón

Pstruhy po obou stranách nařízneme, osolíme a dáme do pekáče. Zalijme vínem tak, aby byli ponořeni, přidáme koření a trochu soli. Vaříme do měkka. V kastrole usmažíme bledou jíšku, zalijeme vývarem z pstruhů, přidáme několik kapek citrónové šťávy a povaříme. Pstruhy uložíme na mísu a přecedíme na ně omáčku.

9. Pstruzi v červeném víně

6 pstruhů, máslo, hladká mouka, červené víno, zelená petrželka, sůl

Pstruhy osolíme, rychle opečeme na másle. Upečené vyndáme, šťávu zaprášíme moukou, přidáme víno a povaříme. Omáčku nalijeme na pstruhy a zdobíme petrželkou Příloha jsou vařené brambory.

10. Pstruh s křenovou majonézou

2 pstruzi, 2 lžíce tuku, hladká mouka, na křenovou majonézu : 50 g majolky, 2 lžíce navinulé smetany, lžička nastrouhaného křenu, citrónová šťáva, sůl

Pstruhy osušíme, osolíme a posypeme po obou stranách hladkou moukou. Na rozpáleném oleji pak ryby opečeme po 5 minutách po obou stranách. Na talíři polijeme pstruhy křenovou majonézou. Podáváme s vařenými brambory. Příprava majonézy : majolku rozkvedláme s rozmíchanou smetanou, osolíme, ochutíme citrónovou šťávou a nakonec vmícháme nastrouhaný křen.

11. Pstruh na hříbech

3 pstruzi, 200 g hřibů, olej, cibule, 1 dcl bílého vína, 50 g másla, půlka citrónu, kmín, zelená petržel, sůl

Do břišní dutiny pstruhů vložíme osminku citrónu bez jadérek a snítku zelené petrželky. Nakrájenou cibuli zpěníme na pánvi s olejem a pak zvolna pstruhy opečeme. Před dopečením přelijeme pstruhy vínem, přidáme na plátky nakrájené, na polovině másla se solí a kmínem podušené hříby. Pstruhy zvolna dopečeme, šťávu zjemníme zbytkem másla. Podáváme s vařenými brambory sypanými zelenou petrželí.

12. Pstruh na másle

2 pstruzi, 400 g vařených brambor, 50 g másla, mrkev, petržel, lžíce octa, 2 pepře, bobkový list, zelená petržel, sůl

Pstruhy vložíme do osolené vody s nakrájenou zeleninou, octem a kořením. Vaříme na mírném ohni 8 minut, stále kontrolujeme, aby se nerozvářeli. Měkké ryby opatrně vyjmeme, na talířích přelijeme rozpuštěným máslem a silně posypeme zelenou petrželí. Podáváme s vařenými brambory.

13. Pikantní grilovaný pstruh

2 pstruzi, cibule, zelená petržel, mletý pepř, olej, citrón, sůl

Pstruhy na povrchu i zevnitř osolíme a pokapeme citrónovou šťávou. Cibuli s petrželí usekáme téměř na kašičku, pstruhy potřeme olejem a cibulovou směsí. Grilujeme po obou stranách 5 minut. Podáváme s vařenými brambory.

14. Pstruh po mlynářsku (dietní)

2 pstruzi, citrón, hladká mouka, máslo, zelená petržel, sůl

Pstruhy na hřbetní straně nařízneme, do zářezu vložíme půl kolečka citrónu, osolíme, obalíme v hladké mouce a na másle grilujeme do měkka. Rybu zjemníme několika kapkami citrónové šťávy, ozdobíme petrželí a podáváme s bramborovou kaší.

15. Pstruh nebo okoun v oleji

4 pstruzi nebo okouni, 1,75 l vody, 1/4 l octa, 2 hřebíčky, sůl, 0,3 l oleje

Ryby osolíme a uložíme do řídkého ubrousku, svaříme vodu, ocet a sůl a ryby s ubrouskem ponoříme do vařící vody. Vaříme mírným varem 5 minut, rybu vyjmeme i s ubrouskem, přendáme na mísu a necháme vychladnout. Do sklenice se širokým hrdlem nalijeme trochu oleje, do něho pak těsně vedle sebe narovnáme ryby, přidáme hřebíčky, dolijeme olej a necháme v chladnu asi 3 dny rozležet. Podáváme s chlebem nebo s bílým pečivem.

16. Pstruh plněný ořechy

250 g pstruha, 20 g oleje, 20 g cibule, 10 g ořechů, sůl, pepř, sladká paprika

Pstruha osolíme a naplníme směsí osmahnuté rozsekané cibule, rozsekaných ořechů, papriky a pepře. Pstruha sešijeme a položíme na několik dřívěk do pekáčku. Potřeme ho olejem a pečeme ve vyhřáté troubě. Po opečení ho podlijeme nepatrně vodou a přelijeme šťávou. Podáváme s vařenými brambory.

17. Pstruh po čínsku

1 kg pstruhů, 2 cibule, máčený oddenek zázvoru, 3 lžíce rajčatového protlaku, 3 lžíce hovězího vývaru, zelený paprikový lusk, mrkev, 50 g pórku, 50 g máčených tvrdých hub, 2 lžíce červeného dezertního vína, 2 lžíce octa, 4 lžíce sójové omáčky, 4 lžíce cukru, lžička glutasolu, 2 lžíce máčeného škrobu, sůl, olej

Celé vykuchané ryby po délce nařízneme, důkladně potřebujeme směsí drobně nakrájené cibulky, zázvoru a soli, obalíme v máčeném škrobu a ryby nad pánví přeléváme horkým olejem až se řezy otevřou. Potom ryby položíme na pánev a na mírném ohni pečeme do měkka při několikerém obrácení. Mezitím si rozpálíme trochu oleje, zpěníme na něm sekanou cibulku a zázvor nakrájený na plátky. Pak přidáme rajčatový protlak, promícháme, přelijeme směsí vína, sójové omáčky, octa, vývaru, pepře, cukru a špetky soli. Uvedeme do varu a zahustíme máčeným škrobem. Po provaření přidáme na nudličky nastrouhanou zeleninu, houby, glutasol a krátce povaříme. Hotové ryby položíme na mísu, přelijeme omáčkou se zeleninou, pokapeme horkým olejem a podáváme.

18. Pstruh po krkonošsku

4 pstruzi, 2 lžíce oleje, 40 g másla, citrón, strouhanka, pažitka, sůl

Osušené pstruhy osolíme, lehce obalíme ve strouhance, vložíme do pekáčku s olejem a v troubě zvolna zapečeme. Během pečení obrátíme a přeléváme vypečenou šťávou a podle potřeby podléváme horkou vodou. Pstruhy na talíři pokapeme rozpuštěným máslem a citrónovou šťávou a podáváme s vařenými brambory.

19. Pstruh se zeleninou

Pstruh, 100 g bílé veku, 50 g karotky, 50 g vyloupaného hrášku, 50 g kukuřice, 2 vejce, 2 lžíce šlehačky, 1 dcl bílého vína, 10 g želatiny, pepř, muškátový květ, sůl, salátová okurka, pórek, červená paprika

Pstruha podélně rozpůlíme a vyjmeme páteř. Obě půlky položíme do alobalu. Veku nakrájíme na kostičky, zvlhčíme ji šlehačkou, přidáme vejce, muškátový květ, víno, pepř a sůl. Zlehka vše promícháme, přidáme na malé kostičky nakrájenou karotku, hrášek a zrna mladé kukuřice. Půlky pstruha osolíme, poprášíme zrnitou želatinou a pokryjeme je připravenou nádivkou. Alobal pečlivě uzavřeme, vložíme do horké vody a vaříme asi při teplotě 90 stupňů (ne plný var) po dobu asi 20 minut. Ze zchladlé rolády sejmem alobal a porce přendáme na talíř, ozdobíme kolečky nakrájené okurky, póru a červené papriky a podáváme jako studený předkrm.

20. Pstruh vařený s bylinkovým máslem

3/4 kg čerstvých pstruhů, 100 g másla, půlka malé cibule, stroužek česneku, 10 kaparů, okurka, citrón, sůl, petrželka

Všechny suroviny usekáme na jemnou kašičku, rozetřeme ji s máslem, zakapeme citrónem. Touto směsí potřeme pstruhy, každou rybu zabalíme do alobalu, vložíme do pánve a podlijeme asi půl litrem vody, přiklopíme pokličkou a vaříme zhruba 30 minut. Přílohou jsou vařené brambory.

21. Pstruh po arménsku

4 pstruzi, 80 g rýže, 80 g másla, 60 g hroznů, mletý zázvor, sůl, petrželka

Pstruhům vyřízneme žábry a tímto otvorem je vykucháme, osolíme, naplníme nádivkou z vařené rýže ochucené máslem, hroznkami a zázvorem a pečeme v troubě na plechu vymazaném máslem a posypaném strouhankou. Při podávání zdobíme petrželkou.

22. Dušený pstruh v zelenině

3 pstruzi, 100 g másla, 150 g kořenové zeleniny, 50 g cibule, 50 g kečupu, citrón, 1 dcl červeného vína, sůl, pepř, cukr, hladká mouka

Pstruhy osolíme, opepříme, poprášíme moukou a opečeme po obou stranách na másle, porce vyndáme a do zbytku másla přidáme kečup, povařenou na nudličky nakrájenou zeleninu, citrónovou šťávu, cibuli, víno, osolíme, trochu osladíme a krátce podusíme. Touto omáčkou rybu zalijeme a krátce podusíme. Podáváme s pečivem nebo vařenými brambory.

23. Pstruh s mandlovou omáčkou

4 pstruzi, 150 g cibule, sůl, špetka mletého pepře, 2 stroužky česneku, 50 g loupaných mandlí, 50 g rajčatového protlaku, 80 g oleje, 20 g hladké mouky, citrón, 1 dcl bílého vína

Pstruhy osolíme a opečeme po obou stranách na polovině oleje, vyjmeme je, přidáme zbytek oleje a usmažíme usekanou cibuli a česnek, cibuli zaprášíme moukou a umícháme světlou jíšku, kterou zředíme vínem a trochou vody. Dobře povaříme, okořeníme a procedíme, zakapeme citrónem, přidáme rajčatový protlak a loupané mandle nakrájené na nudličky a podáváme s rýží.

24. Pikantní pstruh

4 pstruzi, trochu mouky, 80 g másla, mrkev, 1/2 celeru, petržel, 2 žampiony (i jiné houby), sardelová pasta, šťáva z jednoho citrónu

Osolené a pomoučené pstruhy položíme na pekáč s rozpuštěným máslem, přidáme nakrájenou zeleninu, na plátky nakrájené žampiony a vše zvolna pečeme. Když jsou ryby měkké, vyjmeme je, omáčku slabě zaprášíme moukou, podle chuti přidáme sardelovou pastu, citrónovou šťávu a 1/4 litru hovězího vývaru. Vše povaříme a procedíme a podáváme se smaženými hranolky.

25. Stupavští pstruzi

4 pstruzi, 10 stroužků česneku, 1 dcl oleje, 50 g másla, lžíce hladké mouky, 1/2 dcl černého piva, drcený kmín, sůl

Pstruhy osolíme, lehce zaprášíme moukou a po obou stranách opékáme na oleji. Ve zbylém omastku opečeme rozetřený česnek, přelijeme horké pivo, povaříme a osolíme. Touto omáčkou pstruhy potřeme a podáváme s vařenými brambory pokapanými máslem nebo smaženými hranolky.

26. Grilování pstruzi po čínsku

4 pstruzi, 5 lžic arašídů, 5 cibulí, 6 lžic sójové omáčky, 4 lžíce oleje, pepř

Pražené arašídové na jemno usekáme, cibuli nastrouháme, smícháme se sójovou omáčkou, olejem a trochou pepře. Ryby směsí potřeme, obalíme v arašídech a 6 minut grilujeme.

27. Kantonští pstruzi

4 pstruzi, lžička mletého zázvoru, 3 lžíce sójové omáčky, 2 lžičky cukru, lžíce octa, olej, 100 g "černých" hub, 4 plátky anglické slaniny, 4 cibule, sůl

Ryby poprášíme zázvorem smíchaným se špetkou soli a necháme 10 minut v chladu. Houby namočíme do studené vody také na 10 minut. Sójovou omáčku utřeme se 2 lžicemi oleje a octem, ryby navrch i uvnitř potřeme, pocukrujeme a necháme v chladu 1/4 hodiny. Pak je přendáme do kastrolu, posypeme nakrájenými houbami, slaninou a cibulí, přiklopíme, vložíme do většího kastrolu s horkou vodou a dusíme v páře asi 20 minut.

28. Plnění pstruzi v alobalu

4 pstruzi, 50 g celerové natě, 50 g petrželové natě, lžíce kopru, 2 stroužky česneku, 100 g másla, 2 lžíce oleje, pepř, sůl

Pstruhy zevnitř vymažeme česnekem utřeným se solí. Celerovou a petrželovou nať umeleme, smícháme s máslem, směsí pstruhy naplníme a bílou nití zašijeme. Potřeme olejem, osolíme, posypeme nakrájeným koprem a zabalíme každého zvlášť do alobalu. Pečeme 25 minut při 200 stupních.

29. Opilý pstruh z Komárna

Pstruh, 2 dcl tokajského vína, bobkový list, špetka rozmarýnu, špetka šafránu, špetka muškátového květu, sůl, 30 g másla, lžička hladké mouky, citrónová šťáva

Pstruha v hřbetu několikrát nařízneme, nasolíme, zalijeme vínem, přidáme koření a necháme v lednici přes noc marinovat. Pak ho v marinádě udusíme, rybu přendáme na talíř, omáčku procedíme, zahustíme kouskem másla obaleným v mouce, zakapeme citrónovou šťávou a v omáčnicku podáváme k pstruhu.

30. Tradiční pstruh po afgánsku

Pstruh, sůl, 3 stroužky česneku, 3 feferonky, 1/2 lžičky pálivé papriky, 1/2 lžičky pepře, 2 dcl oleje, 2 dcl jogurtu

Pstruha osolíme, zaprášíme kořením, vyplníme na kolečka pokrájenými feferonkami a česnekem a přes noc dáme uležet do lednice. Druhý den po obou stranách osmažíme na oleji, podáváme s rozšlehaným jogurtem.

31. Plněný pstruh

4 menší pstruzi, 4 plátky šunky, cibule, lžíce kaparů v soli, 100 g mandlí, 8 oliv, 50 g másla, citrónová šťáva, pepř, sůl

Pstruhy zevnitř potřeme solí, pepřem a citrónovou šťávou. Z cibule, nakrájené šunky, vypeckovaných oliv, kaparů a na nudličky pokrájených mandlí připravíme nádivku a naplníme jí pstruhy a zajistíme je párátky, potřeme je olejem, zabalíme do alobalu, uložíme na plech a pečeme asi 20 minut. Před podáváním pokapeme citrónovou šťávou.

32. Pstruzi s bedrníkem

4 pstruzi, 1 dcl oleje, sůl, 50 g másla, 2 dcl kyselého smetany, lžíce citrónové šťávy, bedrníková nať podle chuti

Pstruhy opečeme na oleji, přendáme na talíř, do výpeku přidáme máslo, smetanu, citrónovou šťávu, přisolíme. Omáčku nevaříme, pouze prohřejeme, nalijeme na pstruhy a posypeme nadrobno pokrájenou bedrníkovou natí.

33. Piedmontští pstruzi

4 pstruzi každý asi 200g, 30g hrozinek, nastrouhaná kůra z jednoho citronu, 1 stroužek česneku, snítka rozmarýnu, 1 stonek řapíkatého celeru, 3-4 lístky šalvěje, 1 cibule, 4 lžíce bílého octa, 4 lžíce masového vývaru, 4 lžíce olivového oleje, sůl a pepř

Namočit hrozinky do teplé vody na 15min. Odškrábat šupiny z ryb, pomocí nůžek rozstříhnout břicha ryb a vyjmout vnitřnosti (pozor na žluč). Odstříhat ploutve až na ocasní. Umýt rybu uvnitř a zvenku. Oloupat česnek a cibuli, z opaného rozmarýnu sundat lístky, omýt šalvěj a celer. Všechno posekat. Do pánve dát olej a osmažit na něm zeleninu a bylinky, až cibule začíná hnědnout. Přidat ryby, vymačkané hrozinky a citronovou kůru. Posolit ryby a zalít vše vývarem a octem. Dusit po 12-15min. a ke konci ryby otočit. Když jsou pstruzi hotoví, položit je na nahřáté talíře a polít je šťávou z pánve.

34. Pstruzi z Mont-Dore

1 pstruh, 5 dkg másla, 1 dcl bílého vermutu, 2 žloutky, 1 dcl smetany, 12 dkg sýra Gruyere nebo podobného, nastrouhaného, sůl, pepř

Pstruha vykucháme, očistíme, důkladně omyjeme, osolíme, opepříme. Do vhodné zapékací nádoby vložíme pstruha, kousek másla a zalijeme vermutem. Dáme na chvíli do vyhřáté trouby. Když je pstruh teplý, slijeme šťávu a rozmícháme ji se smetanou a žloutky. Pstruha polijeme, posypeme sýrem a dáme péci dozatova do velmi horké trouby.

35. Česnekoví pstruzi

4 pstruzi, sůl, lžíce citrónové šťávy, lžička pepře, 50 g hladké mouky, 1,5 dcl oleje, 50 g cibule, 2 stroužky česneku, 2 žloutky

Pstruhy pokapeme citrónovou šťávou, osolíme, necháme hodinu odležet. Pak je opepříme, obalíme v mouce a na oleji do červena usmažíme. Usmažené pstruhy potřeme kašičkou z nastrouhané cibule, třeného česneku, soli a žloutků. Podáváme teplé.

36. Benátští pstruzi

2 pstruzi, 100 g másla, 20 g hladké mouky, 2,5 dcl rybího vývaru, 100 g mraženého špenátového protlaku, sůl, půl lžičky pepře

Z poloviny másla a celého množství mouky připravíme světlou jíšku, rozředíme ji studeným vývarem, povaříme se špenátovým protlakem, osolíme, opepříme. Do omáčky vložíme rozpůlené pstruhy a 10 minut dusíme. Na talíři každou porci přimastíme kouskem čerstvého másla.

37. Pstruzi s hrozkovou omáčkou

4 pstruzi, 1 dcl oleje, 200 g cibule, 4 stroužky česneku, pepř, tymián, bobkový list, 2 dcl bílého vína, 2 dcl vody, 100 g hrozinek, petrželka, sůl

Na oleji zpěníme nastrouhanou cibuli, přidáme utřený česnek, tymián, bobkový list, osolené a opepřené pstruhy, podlijeme vínem a 15 minut dusíme. Pak ryby vyjmeme a zalijeme omáčkou připravenou z výpeku rozředěného vodou, který jsme 5 minut povařili s hrozkami.

38. Pstruzi nadívaní švestkami

4 pstruzi, 200 g sušených švestek, 100 g cibule, 30 g petrželové natě, 2 dcl oleje, 2 dcl červeného vína, 2 žloutky, 2 lžíce citrónové šťávy, sůl

Švestky necháme v páře asi 10 minut změkknout, pak je vypeckujeme, naplníme jimi zevnitř osolené pstruhy a zašijeme je. Nastrouháme cibuli, nať usekáme a obojí rozestřeme do olejem vymaštěného pekáčku. Také ryby smočíme v oleji a položíme je na cibuli a za občasného podlití vínem upečeme. Pak pstruhy vyndáme, výpek rozmixujeme se syrovými žloutky a citrónovou šťávou a nalijeme na pstruhy.

39. Plněné pstruží závitky

2 pstruzi, krabička sardelových řezů, červená kapie, strouhanka, lžíce citrónové šťávy, půl lžičky pepře, žloutek, sůl

Sardelové řezy a kapii umeleme, přidáme strouhanku, citrónovou šťávu, žloutek, pepř, sůl a promícháme. Pstruhy rozpůlíme, zbavíme páteře, každou polovinu kaší natřeme, stočíme jako zavináč, sepneme, osolíme, vložíme do olejem vymaštěné zapékačké misky, pokapeme olejem a opečeme.

40. Pstruh s hráškem

Pstruh, stejná hmotnost sterilovaného hrášku, 30 g cibule, 1 dcl oleje, 1 dcl hovězího vývaru, 3 lžíce rajčatového protlaku, lžička cukru, půl lžičky pepře, sůl

Cibuli zpěníme na oleji, přidáme hrášek, zalijeme vývarem, přidáme protlak, pepř, sůl a krátce povaříme. Pstruha osolíme, po obou stranách opečeme na oleji, vložíme na olejem vymaštěný kameninový pekáček, zasypeme ho hráškovou směsí a zapečeme.

41. Tchajwanský pstruh

4 pstruzi, sůl, 3 lžíce citronové šťávy, půl lžičky pepře, 4 lžíce másla, 2 lžíce krájené petrželové natě, 8 listů z kukuřičných palic

Pstruhy osolíme. Máslo, pepř, sůl a petržel promícháme a do každého pstruha vložíme kousek této směsi. Kukuřičné listy ponoříme na hodinu do ledové vody, pak je usušíme, vždy do dvou každou rybu zabalíme, převážeme nití a pečeme v troubě 20 minut.

42. Japonský pstruh v alobalu

4 pstruzi, 3 lžíce másla, lžička soli, špetka skořice, koriandru a anýzu, lžíce citronové šťávy, 5 lžic jogurtu

Pstruhy osolíme. Do rozpuštěného másla přidáme mleté koření, citronovou šťávu a jogurt. Každou rybu v této směsi smočíme, zabalíme do alobalu a 20 minut pečeme.

43. Irácký pstruh na roštu

4 pstruzi, 50 g hrubé mouky, 1/4 lžičky mletého pepře a muškátového oříšku, lžička soli, lžíce oleje, 150 g másla, 3 lžíce lískových oříšků, lžička citronové šťávy, lžíce petrželové a lžíce celerové natě

Ryby obalíme v mouce s pepřem a solí. Grilovací mřížku potřeme olejem a ryby na ní za občasného potřírání máslem grilujeme 5 minut po každé straně. Na zbylém másle upražíme do růžova nastrohané oříšky, přidáme citronovou šťávu, muškátový oříšek, drobně nakrájené natě a 3 minuty podusíme. Pak vše nasypeme na pstruhy, ozdobíme máslem a teplé podáváme.

44. Íránský pstruh kořeněný

800 g pstruhů, 1 dcl oleje, šťáva z 1 citronu, stroužek česneku, bobkový list, lžička majoránky, půl lžičky rozmarýnu, půl lžičky pepře, sůl

Všechny přísady - kromě ryb - smícháme a hodinu necháme stát. Pak pokrájíme pstruhy na kousky, každý smělí obalíme, uložíme ho na olejem vymazaný rošt a do hněda grilujeme.

45. Pstruh na trávniku

4 pstruzi, sůl, 6 lžic silného masového vývaru, lžíce citronové šťávy, lžíce másla, 1/2 lžičky sardelové pasty, 4 lžíce pokrájených bylinek (šťovík, bazalka, bedrník, brutnák, pažitka, petržel)

Pstruhy stáhneme a osolíme, pokrájíme na 3 cm kousky a hodinu uložíme do chladu. Máslo smícháme se sardelovou pastou, směs rozehejeme, natřeme jí kousky ryby a prudce upečeme. Při opékání nesmí maso zhnědnout! Opečené obalíme v nakrájených bylinkách a podáváme.

46. Pstruzi s banány

4 pstruzi, 2 banány, 50 g hladké mouky, lžíce karí, 1,5 dcl oleje, 200 g předvařené rýže

Pstruhy zevnitř osolíme, vyplníme půlkami podél rozkrojených banánů, zašijeme je, zaprášíme moukou s kořením a solí a upečeme. Do výpeku přidáme rýži, zalijeme 5 dcl vody a 10 minut zapékáme a podáváme spolu s pstruhy.

47. Tuční pstruzi

4 pstruzi, 150 g prorostlé slaniny nebo uzeného bůčku, 100 g cibule, 100 g másla, sůl

Slaninu drobně nakrájíme, smícháme s nastrouhanou cibulí, pstruhy směsí naplníme, zašijeme je, osolíme a pečeme na másle.

48. Pstruzi z Navarry

4 čerství pstruzi, sůl a pepř, 8 plátků naložené uzené šunky, mouka na obalení, 125g uzeného bůčku, na kostičky nakrájeného, 2 lžíce olivového oleje, 2 česneky na plátky nakrájené, pažitka na posypání

Umýt připravené pstruhy. Osolit a opepřit, vložit 1 plátek šunky do ryby, zabalit do druhého plátku šunky, zajistit párátkem a obalit v mouce. Osmažit bůček na pánvi v olivovém oleji. Přidat česnek a pomalu smažit, až je průhledný. Vyjmout bůček a česnek z pánve, osušit na ubrousku. Přidat pstruhy a osmažit je do zlatohněda na obou stranách. Podávat posypané bůčkem a česnekem.

49. Zlatí pstruzi

2 pstruzi, 100 g másla, petrželová nať, půl lžičky soli, 1,5 dcl šlehačky, 150 g ořechů

Pstruhy vevnitř naplníme petrželovou natí, osolíme a opečeme na másle. Zdobíme šlehačkou a sypeme ořechy.

50. Pstruzi na mandlích

4 pstruzi, 100 g slaniny, sůl, 50 g másla, 50 g mandlí, citrón

Pstruhy naplníme na nudličky nakrájenou slaninou, potřeme máslem, osolíme a 10 minut pečeme. Oloupanými nahrubo nasekanými mandlemi ryby posypeme a pečeme dalších pět minut. Podáváme s šestinkami citrónu.

51. Citrónoví pstruzi

4 pstruzi, lžíce maizeny, 1 dcl oleje, na omáčku: 3 stroužky česneku, 50 g cibule, špetka citrónové kůry, špetka tymiánu, lžička pepře, sůl, 1 dcl citrónové šťávy, 1 dcl oleje

Pstruhy osolíme, namočíme v oleji, zaprášíme maizenou a grilujeme z obou stran po 5 minutách. Česnek utřeme se solí, cibulí nastrouháme a vše promixujeme s citrónovou šťávou, kůrou, solí a kořením. Při mixování pomalu přidáváme olej. Omáčku na grilované pstruhy nalijeme a podáváme.

52. Pstruzi s koprovou nádivkou

4 pstruzi, jejich vnitřnosti, 50 g kopru, sůl, půl lžičky pepře, lžíce citrónové šťávy, 50 g másla, 50 g oleje

Vyprané vnitřnosti umeleme s koprem, osolíme, opepříme, okyselíme citrónovou šťávou, smícháme se změkklým máslem. Toto nádivkou ryby naplníme, sepneme jehlou, smočíme v oleji, osolíme a po každé straně 5 minut grilujeme a podáváme s rajčatovým salátem.

53. Pstruh dušený se zeleninou II.

2 pstruzi, 1 lžíce citronové šťávy, 1 cibule, 150 g mrkve, 100 g celeru, 2 lžíce másla, 1 lžíce hladké mouky, 1 bobkový list, 6 zrněk pepře, 1/8 l bílého vína, + lžička soli, 150 g pórku, petrželka

Pstruhy směrem od ocasu k hlavě zbavte šupin, omyjte je, osušte, uvnitř potřete citronovou šťávou. Cibuli, mrkev a celer oloupejte, nakrájejte na jemné kostičky a v hrnci na ryby poduste na másle do sklovita. Vmíchejte mouku a koření, povařte 10 minut. Osolte. Pórek očistěte a nakrájejte na malé kroužky. Ryby vložte do omáčky, posypejte pórkem a pod poklicí duste do měkka. Ryby přeneste na přehřátý podnos. Zeleninovou omáčku krátce poduste, dochuťte a nalijte na ryby. Ozdobte petrželkou a podávejte.

54. Pstruh na modro II.

4 pstruzi, ½ + 3 lžičky soli, 1/8 l bílého vína, 2 lžíce octa

Vykuchanou rybu omyjte pod tekoucí studenou vodou, břišní dutinu posolte. Do kastrolu dejte tolik vody, aby pstruhy přikryla. Do vroucí vody přidejte 3 lžičky soli, víno a ocet. Hlavou napřed vložte rybu a kastrol odstavte z plotny. Nevařte. Po 20 minutách pstruhy opatrně vyjměte, nechte okapat a horké podávejte na přehřátý talíř.

55. Pstruh s mandlovým sosem

2 pstruzi, 2 lžíce citronové šťávy, ½ lžičky soli, 1 lžíce hladké mouky, 2 lžíce másla, 50 g bílé části pórku, 25 g mandlových lupínků, 1 lžíce medu, 2 lžíce smetany, pepř, 1 lžička sojové omáčky

Pstruhy omyjeme a potřeme citronovou šťávou. Osolte, obalte v mouce a oklepejte. Pórek nakrájejte na tenoučké nudličky, na pánvi v másle opečte do zlatova. Pstruhy opékejte po každé straně 8 minut. Do pánve dejte pórek, mandle, med a smetanu, za stálého míchání uveďte do varu, osolte, opepřete a ochuťte sojovou omáčkou. Omáčku nalijte na pstruhy nebo podávejte zvlášť.

56. Pstruh po sicilsku

4 pstruhy, 2 lžíce citronové šťávy, 3 lžíce sardelové pasty, 3 lžíce protlaku, 4 stroužky česneku, sůl, mletý pepř, 2 lžíce hladké mouky, olivový olej, sekanou petrželku, čerstvou zeleninu na přílohu

Očištěné a vykuchané pstruhy opláchneme, osušíme, zakápneme citrónovou šťávou. Sardelovou pastu smícháme s rozetřeným česnekem, nahrubo nasekanou petrželkou a rajským protlakem. Pstruhy opepříme, osolíme, poprášíme moukou a obalíme v připravené směsi. Obalené pstruhy vložíme na misku z varného skla s rozehřátým olejem, pečeme je v rozehřáté troubě, při pečení je na míse obrátíme, pak je rozdělíme na talíře a polijeme šťávou z výpeku. Podáváme s bílým pečivem s čerstvou zeleninou.

57. Pstruh se smetano sýrovou omáčkou

4 pstruhy, 100 g nivy, 100 g eidamu, 1 smetana, stroužek česneku, podravka, bazalka, sůl, kmín, brambory

Pstruha osolíme, přidáme kmín a osmažíme na pánvi z obou stran. Na pánvi si připravíme omáčku ze sýra, koření a česneku a za stálého míchání rozpouštíme. Jako přílohu podáváme brambory.

58. Pstruh plněný „ala“ Provence

4 pstruzi, 200 g smetanového sýra, 1 lžice hořčice, 2 stroužky česneku, citron, olivový olej, sůl, směs barevných pepřů, mletá paprika, provensálské koření, směs sekaných bílinek, petrželka na ozdobu

Pstruhy omyjeme a osušíme. Smetanový sýr rozmícháme se solí, se směsí pepřů, provensálským kořením a hořčicí. Takto ochuceným sýrem pstruhy naplníme. Česnek nasekáme najemno, přidáme olej, sůl, směs pepřů, sekané bylinky a mletou papriku. Promícháme a touto směsí pstruhy potřeme a dáme grilovat. Hotové zdobíme citronem a petrželkou.

59. Pstruh po navarsku

4 pstruzi, 2 žloutky, 250 ml červeného vína, 1 cibule, olivový olej, sůl, pepř, máta, tymián, rozmarýn, bobkový list

Pstruhy osolíme a vložíme do hliněné nádoby, pokryjeme vrstvou nakrájené cibule, polijeme červeným vínem a posypeme pepřem, mátou, tymiánem, rozmarýnem a bobkovým listem. Přilijeme olej a dusíme na mírném ohni. Když jsou pstruzi hotoví, vyndáme je, šťávu precedíme a vmícháme žloutky. Krátce povaříme.

60. Filátka ze pstruha se studenou omáčkou

2 pstruzi, 150 g lučiny, 100 g konzervovaných mandarinek, 5 dcl bílého rumu, 100 ml smetany, 2 citrony, sůl, rozinky, čerstvá máta, olivový olej, máslo, bílý pepř

Filátka ze pstruha osolíme, pokapeme citrónovou šťávou a potřeme olivovým olejem. Rozinky naložíme do rumu. Lučinu rozmícháme se smetanou a trochou šťávy z mandarinek, přidáme citrónovou šťávu, pokrájenou mátu, marinované rozinky a mandarinky. Omáčku dochutíme solí, bílým pepřem a necháme vychladit. Filátka ze pstruha opečeme na olivovém oleji, na závěr zjemníme máslem, a servírujeme se studenou omáčkou.

61. Flambovaná filátka ze pstruha

5 pstruhů, 10 plátků anglické slaniny, 150 g lučiny, vývar, 100 g konzervovaných mandarinek, 50 g rozinek, 50 g másla, 5 cl bílého rumu, citron, sůl, bílý pepř

Filátka ze pstruha osolíme, pokapeme citrónovou šťávou a necháme rozležet. Rozmícháme lučinu, ochutíme solí, bílým pepřem a vmícháme rozinky a mandarinky. Směsí potřeme filátka a zabalíme do závitků. Jednotlivé závitky zabalíme do plátků anglické slaniny a rovnáme vedle sebe do vymazané zapékací misky. Lehce podlijeme vývarem a dáme péct. Upečené závitky zastříkneme bílým rumem a flambujeme. Podáváme je na salátovém hnízdu s opečenou bagetou.

62. Pstruh podle indiánů

2 pstruzi, snítka šalvěje, snítka rozmarýnu, jalovec, bobkový list, sůl NA UZENÍ: bukové piliny

Očištěné a vykuchané pstruhy nařízneme zevnitř podél páteře až ke hřbetu a osolíme zevnitř i zvenčí. Necháme hodinu uležet. Potom do ryb vložíme kousek z každé bylinky a položíme je na mřížku. Do nádoby pod mřížku nasypeme navlhčené bukové piliny s potlučenými jalovčinkami, nádobu dobře zakryjeme alobalem a víkem a zvolna zahříváme zespoda tak aby piliny uvnitř začaly doutnat. Ne však hořet. Asi za dvacet minut jsou ryby uzené a mohou se podávat.

63. Otavský pstruh na bylinkách

2 pstruzi, 6 brambor, 200 g Mozzarely ve slaném nálevu, 1 citron, čerstvý rozmarýn, bazalku, tymián, sušený šafrán, bílý pepř, sůl, olivový olej, zelenina na ozdobu

Očištěného pstruha pokapeme citrónem, necháme chvíli odležet a pak osolíme, okořeníme, posypeme tymiánem a dovnitř vložíme bazalku. Opečeme dozlatova. Brambory rozkrájíme na čtvrtky, promícháme s olejem a se šafránem. Dáme je na plech a necháme zapéct. Před podáním je poklademe plátky Mozzarely, posypeme sekanou bazalkou a rozmarýnem.

64. Pstruh pečený po šumavsku

1 pstruh, sůl, pepř, drcený kmín, 1 zakysaná smetana, mléko, olej, 100 g másla, 300 g hub, 2 vejce, citron, vývar

Očištěného pstruha lehce osolíme, opepříme a naložíme do kyselé smetany, kterou jsme si trochu rozředili mlékem. Necháme ho marinovat alespoň 24 hodin. Před přípravou pstruha vyjmeme, necháme okapat, dáme na pánvičku vymazanou máslem, podlijeme vývarem a dáme péci do trouby. Když je pstruh skoro pečený, orestujeme si na másle houby, lehce je osolíme a okmínujeme. Šťávu z pstruha slijeme, přidáme orestované houby a zalijeme rozšlehanými a osolenými vejci. Necháme srazit na omeletu, při podávání pstruha touto omeletou překrýváme.

65. Pstruh s rýnskou křenovou majonézou

4 pstruzi, sůl, hladká mouka, 60 g másla Křenová majonéza: 100 g majonézy, 100 ml zakysané smetany, citronová šťáva, 20 g křenu

Osolené pstruhy poprášíme hladkou moukou a pečeme na rozpáleném másle po obou stranách. Ryby na talíři přelijeme připravenou majonézou. **Křenová majonéza:** majonézu rozmícháme se smetanou, osolíme, přidáme citron a vmícháme křen.

66. Pstruh podle Ernesta Hemingwaye

4 pstruzi, sůl, tlučený pepř a nové koření, 60 g másla, 100 ml bílého vína, 100 ml sladké smetany, kopr, ananasový kompot

Pstruhy osolíme a okořeníme tlučeným kořením. Opečeme na másle po obou stranách, na závěr pečení podlijeme vínem. Do ušlehané smetany vmícháme špetku kopru a kousky ananasového kompotu. Následně pstruhy přelijeme.

67. Pstruh po Savojsku

4 pstruzi, sůl, pepř, hladká mouka, 200 g másla, 30 g oleje, 500 g žampionů, petrželka Omáčka: 1 cibule, 100 g másla

Osolené a opepřené pstruhy poprášíme moukou a pečeme na větší části másla po obou stranách. Na zbylém másle a oleji podusíme plátky hub, osolíme a opepříme, ochutíme sekanou petrželkou a dusíme doměkka. Houby dáme na dno zapékací misky, vložíme na ně předpečené pstruhy, přelijeme máslem po dušení a zasypeme jemnou strouhankou. Vše necháme v troubě zhnědnout a podáváme na talíře. Samostatně podáváme omáčku: nakrájené kroužky cibule podušené na másle.

68. Pstruh na cibuli

4 pstruzi, směs koření na ryby nebo grilovací koření, máslo, olej, cibule

Na olejem vymazaný plech naklademe asi 1-2 cm vrstvu cibule nakrájené na hrubá kolečka. Na ní položíme pstruhy, posypeme kořením a přelijeme rozpuštěným máslem. Pečeme při teplotě 160 – 200°C zhruba 2é minut.

69. Pstruh v alobalu

4 pstruzi, sůl, sladká paprika, pepř, celerová nať, máslo, bílé víno

Vykuchané pstruhy osolíme a posypeme kořením. Do břišní dutiny vložíme celerovou nať a ryby položíme na alobal potřený máslem. Vše pokapeme bílým vínem, dobře uzavřeme a pečeme na grilu nebo v troubě asi 20 minut.

70. Smažený pstruh se sýrem

4 menší pstruzi, sůl, pepř, strouhaný parmezán, vejce, strouhanka, olej

Vykuchané a osušené pstruhy osolíme, okořeníme a odložíme vychladit na 30 minut. Potom je obalíme ve strouhaném parmezánu, ve vejcích rozšlehaných s mlékem a ve strouhance. Smažíme na oleji dozlatova zhruba 15 minut.

71. Pstruh s rozinkami

4 pstruzi, vařená rýže, sůl, zázvor, rozinky, máslo, strouhanka, petrželka

Vykuchané pstruhy naplníme nádivkou z vařené rýže, promíchané s máslem, rozinkami a zázvorem. Zapékací mísu vymažeme máslem, vložíme ryby, posypeme strouhankou a petrželkou, poklademe plátky másla a pečeme 20-30 minut.

72. Siven s nivou a slaninou

4 siveni, sůl, česnek, slanina, niva, petrželka, máslo, citron

Siveny očistíme a omyjeme. Ryby osolíme, pokapeme citronem a necháme odležet. Potom naplníme břišní dutinu směsí sýra, slaniny, petrželky a česneku. Vložíme do vymaštěné zapékací misky nebo teflonového pekáčku a pokryjeme zbylými plátky slaniny. Zapékáme cca 30 minut.

73. Pečený siven s tymiánem

4 siveni, máslo, olivový olej, sůl, pepř, tymián, žampiony, citron, brokolice, brambory, bílé víno

Ryby osolíme, okořeníme tymiánem a pepřem, pokapeme citronem a necháme odležet. Brambory nakrájíme na kostky a brokolici rozebereme na růžičky. Brambory dáme vařit do osolené vody a asi 5 minut před dovařením přidáme brokolici. Nakrájíme žampiony, orestujeme na másle, zalijeme vínem a podusíme. Siveny osmažíme na másle s trochou oleje po dobu 15 minut, na talíři posypeme dušenými žampiony a obložíme bramborami a brokolicí.

74. Pstruh v ananasu

3 pstruzi, 2 lžíce rostlinného oleje, 2 stroužky česneku, dužina z celého ananasu, řapíkatý celer, 1 lžíce sojové omáčky, 1,5 dl rybího vývaru, lžička solamylu, lžička kari, zázvor

Na nudličky nakrájenou rybu obalíme ve směsi z kari, solamylu a osmažíme na rozpáleném oleji. Osmažené maso vyjmeme a na téže pánvi orestujeme nakrájený česnek, kousky řapíkatého celeru a na kostky nakrájenou dužinu ananasu. Přidáme osmažené maso, sojovou omáčku, rybí vývar, zázvor a na rozpáleném oleji krátce dohotovíme. Podáváme v miskách, vydlabaných z ananasu.

75. Filety ze pstruha na špenátu

Filety ze pstruha, čerstvý špenát, cibule, máslo, sůl, pepř, zeleninový vývar, bílé víno, rajčata, citron, gouda, olej, tymián

Špenát omyjeme a necháme okapat. Cibuli nakrájíme na plátky a osmahneme. Přidáme špenát, sůl, pepř a podusíme. Filety nakrájíme na proužky. Zeleninový vývar povaříme s vínem a ve vystydlém nálevu necháme ryby asi 8 minut uležet. Rajčata a citron omyjeme a spolu se sýrem nakrájíme na plátky. Špenát scedíme, necháme okapat a vložíme ho do olejem vymazané zapékačkové misky. Filety a zbývající přísady rozložíme na špenát a posypeme tymiánem. V předehřáté troubě zapečeme po dobu 20 – 30 minut.

76. Pstruh na rajčatech

4 pstruzi, konzerva loupaných rajčat, cibule, pórek, česnek, petrželka, pepř, sůl, olivový olej, brambory

Uvařené brambory nakrájíme na kolečka. Cibuli nakrájíme nahrubo, osmahneme dozlatova, přidáme na kolečka nakrájený česnek, orestujeme, zalijeme konzervovanými rajčaty, přidáme sůl, pepř a povaříme 5 minut. Nakonec přidáme nakrájený pórek, petrželku a opět krátce podusíme. Filety nakrájené na plátky prokládáme s bramborami do pekáče. Osolíme, opepříme, zakápneme olivovým olejem, navrstvíme na to připravenou rajčatovou směs a zapečeme v troubě po dobu 20 minut.

77. Pstruh po žebročku

4 pstruzi, 1 větší cibule, 15 dkg žampionů, sůl, 2 dcl bílého vína, 2 dcl hovězího vývaru, chlebová strouhanka, máslo na vymazání formy.

Do máslem vymazané ohnivzdorné mísy vsypeme nadrobno nakrájenou cibuli, na ní narovnáme osolené pstruhy, posypeme je rozsekanými žampiony a zalijeme vínem. Necháme v troubě péci, po chvíli přidáme malou sběračku vývaru, zasypeme strouhaným chlebem a necháme ještě krátce zapéci.

78. Pstruh s kari kořením

4 pstruzi, 1 lžíce hladké mouky, sůl, pepř, 1 lžíce kari, 2 tlučené hřebíčky, 4 lžíce oleje, citron, 100 g mandlí, 1 lžička tuku.

Z mouky, soli, pepře, kari a hřebíčků připravíme směs na obalování. Pstruhy po obalení upečeme na rozehřátém oleji. Hotové pokapeme šťávou z 1/2 citronu, obložíme zbytkem citronu, nakrájeným na kolečka nebo osminky a posypeme mandlemi, které předem spaříme horkou vodou, oloupeme, nasekáme a opečeme v rozehřátém tuku

79. Pstruh pod sklem

2 pstruzi (cca po 300 g), ocet, tymián, bobkový list, pepř v celku, nové koření, sůl, 2 sáčky želatiny v prášku, naložené okurky, kapie, houby, citronová šťáva, 1 šalotka

Pstruhy uvaříme v okyselené a osolené vodě, vyjmeme. Stáhneme z kůže, vybereme maso bez kostí a dáme stranou. Vezmeme formu na rybu (dělají se ve tvaru kapra nebo obecně ryby), na dno vylijeme trochu chladnoucí želatiny, kterou jsme připravili podle návodu na sáčku, přisolili a trochu okyselili citronovou šťávou. Necháme ztuhnout. Na tuto tenkou vrstvičku tvoříme „rybu“. Oči ryby můžeme udělat z malinké houbičky, šupiny z plátků okurek, ploutvičky zvýrazníme proužky kapií. Opět dáme tenkou vrstvu želatiny, potom urovnáme obrané maso z pstruha, které malinko zakápneme citronem, a posypeme jemňounce nakrájenou šalotkou. Nakonec zalijeme až po vrch formy želatinou a necháme ztuhnout, nejlépe přes noc v ledničce. Pro snadné vyklopení je dobré na dno vypnout potravinovou folii a okraje nechat přečnívat - lépe se vyndá. Pokud jsme to neudělali, musíme formu mírně nahřát v teplé vodě, pak se ryba vyklopí. Po vyklopení ryby můžeme na vrchu ještě nazdobit majonézou, zeleninou a dle vlastní fantazie.

80. Pstruh pod kreolsku

4 malé celé ryby, každá méně než 400 g. Suchá marináda: 1 limetka, 2 stroužky česneku na drobno posekané, 2 lžičky hrubé mořské soli, 2 lžičky tymiánu na jemno posekaného, 1 jarní cibulka (zelená šalotka) na drobno pokrájená. Povrch: 1 malá cibule, oloupaná a na drobno pokrájená, 1 cela jarní cibulka (zelená šalotka) na drobno pokrájená, 1/4 - 1/2 pálivé papričky podle chuti, na jemno posekaná, 1 menší rajče bez semínek na drobno pokrájené, 2 stroužky česneku na drobno posekané, 1 lžička olivového oleje, 1 citron (z půlky šťáva a z druhé půlky nakrájená na tenké plátky) mořská sůl a čerstvě mletý pepř podle chuti

Vykuchat ryby, omýt a osušit. Na jedné straně do nich naříznout dva až tři diagonální zářezy. Limetku rozkrojit napůl a vetřít ji po obou stranách do ryb i s vymačkanou šťávou. Zbytek suché marinády smíchat v misce a vetřít ji do ryb. Nechat marinovat po 30 minut. Povrch: Smíchat všechny ingredience až na citronovou stavu. Té přidat pouze 2 lžičky. Dobře vše ochutit a je-li nutné tak přidat papričku a sůl. Příprava: Na lehce vymaštěné pánvi ryby (prvně zářezy dolu) na prudko 5 minut po každé straně osmažit (čas je orientační, záleží na velikosti, druhu a tloušťce ryb), nebo do té doby, než jsou matné na vzhled.

81. Arménský pstruh

4 pstruzi každé velikosti jedné porce, 80 g rýže, 80 g másla + navíc na vymazání pekáče, 80 g hrozinek, sůl a bílý pepř, mletý zázvor, strouhanka podle potřeby, petrželka na podávání

Vyříznout žábry ze pstruhů a tím otvorem je vykuchat. Dobře ryby propláchnout, nechat je okapat a potom je prosolit uvnitř i zvenku. Z uvařené rýže smíchané s hrozkami, zázvorem, máslem, trochou soli a pepře uděláme nádivku, kterou naplníme pstruhy. Pekáč vymažeme máslem, vysypeme strouhankou. Ryby na něj poskládáme a upečeme je do měkka. Pstruhy podáváme s petrželkou a bramborovou kaší politou máslem.

82. Marinování pstruzi na grilu

2 velcí pstruzi, sůl, citronová šťáva, pepř, 1 dl oleje, strouhanka

Pstruhy podélně rozdělíme, osolíme, pokapeme citronovou šťávou a zalijeme olejem. Necháme asi 1 hodinu v chladu marinovat, občas obrátíme. Pak je obalíme ve strouhance a za občasného potírání olejem grilujeme dočervena.

83. Pstruh se šunkou

4 pstruzi, sůl, 4 plátky šunky, 4 plátky anglické slaniny, máslo, olej, tymián, pepř, plátky citrónu, petrželka

Pstruhy osolíme, uvnitř vytřeme máslem smíchaným se solí, pepřem, tymiánem a sekanou petrželkou. Potom jednotlivé ryby obalíme slaninou a šunkou, vložíme do pekáče vymaštěného olejem, poklademe kousky másla, posypeme tymiánem a pečeme asi 30 minut v horké troubě.

Zdobíme citrónem a petrželkou.

84. Marinovaný pstruh s italskou omáčkou

4 pstruzi, 2 l vody, citronová šťáva, 50 g cibule, 1 bobkový list, 10 celých pepřů, 6 zrněk nového koření, trochu tymiánu, sůl **Omáčka:** 200 g majonézy, 1 lžice octa nebo citronové šťávy, 1 lžička plnotučné hořčice, půl lžičky cukru, pepř, 1 lžička worchesteru, 1 lžice bílého jogurtu, 3-4 lžičky kečupu, sůl

Vodu s octem svaříme, přidáme koření a cibuli a nálev 20 minut povaříme. Do vařícího nálevu přidáme pstruhy a vaříme 15-20 minut. Nálev i s rybami necháme vychladnout. Mezitím připravíme omáčku. Do majonézy vmícháme hořčici a jogurt. Pomalu rozředíme citronovou šťávou nebo octem. Nakonec vmícháme koření a kečup. vychladlé pstruhy vyndáme z vývaru a přeléváme omáčkou. Podáváme s pečivem.

85. Pstruh s pikantní směsí

4 porce pstruha, voda, sůl, bobkový list, 6 zrněk nového koření, 10 celých pepřů, citronová kůra, 1 cibule, šťáva z 1 citronu, 150 g cibule, 1 lžice krájené petrželky, 2 lžice krájené pažitky, 1 červená sterilovaná kapie, 1 zelená paprika, 2 malé feferonky, šťáva z jednoho pomeranče, 4-6 lžic bílého vína, 1-2 lžice citronové šťávy, sůl, pepř

Vodu svaříme se solí, bobkovým listem, novým kořením, pepřem, kouskem citronové kůry a cibulí nakrájenou na čtvrtky. Povaříme 10 minut a do vařící vložíme porce pstruha. Mírně vaříme ještě cca 17 minut. Potom necháme ryby i vývar vychladnout. Vychladlé maso vyndáme, zalijeme šťávou z 1 citronu a marinujeme asi 1 hodinu. Druhou část cibule nakrájíme na kolečka, vložíme do vývaru a dvě minuty povaříme, pak přecedíme a necháme opět vychladnout. Cibuli vyrovnáme do misky, přidáme petrželku a pažitku, na kostičky nakrájenou čerstvou a sterilovanou papriku, rozetřenou feferonku, směs zakapeme pomerančovou šťávou, vínem, citronovou šťávou, přidáme sůl, pepř a olej. Pak přidáme kousky pstruha zbavených kostí. Lehce promícháme a podáváme s opečenou vekou nebo slaným pečivem.

86. Pstruh s citronovým máslem

4 porce pstruha, 1 cibule, 100 g másla, 1 citron, celý pepř, nové koření, bobkový list, sůl

Do 1 l vody vložíme sůl, koření a na kolečka nakrájenou cibuli, Povaříme 10 minut, přidáme pstruhy a pomalu vaříme dalších 10 minut. V malém rendlíku roztavíme máslo, přidáme citronovou šťávu a povaříme. Pstruhy podáváme s brambory a přeléváme citronovým máslem.

87. Pstruh po šumavsku

4 porce pstruha, 80 g másla, 2 dcl smetany, 1½ dcl bílého vína, sardelová pasta, 30 g žampionů, citron, sůl, hladká mouka

Pstruhy osolíme, obalíme v mouce, podusíme na másle s krájenými žampiony. Potom přidáme víno, sardelovou pastu utřenou s trochou másla a pokapeme citronovou šťávou. Nakonec zjemníme smetanou.

LÍN

- | | | | |
|---------------------------------------|---------|--|---------|
| 1. Vařený lín | str. 88 | 31. Lín s bylinkovým máslem | str. 93 |
| 2. Pečený lín | str. 88 | 32. Lín s žampionovou omáčkou | str. 93 |
| 3. Lín se slaninovou omáčkou | str. 88 | 33. Dušený lín | str. 93 |
| 4. Lín s petrželí | str. 88 | 34. Lín se zeleninou | str. 93 |
| 5. Lín s koprovou omáčkou | str. 88 | 35. Lín s vejci | str. 94 |
| 6. Lín se žampiony | str. 88 | 36. Lín se studenou pažitkovou omáčkou | str. 94 |
| 7. Lín ve smetanové omáčce | str. 89 | 37. Zapečený lín | str. 94 |
| 8. Pilaf z línů po turecku | str. 89 | 38. Lín na pepři a česneku | str. 94 |
| 9. Lín namodro | str. 89 | 39. Lín s kari | str. 94 |
| 10. Lín v alobalu po italsku (dietní) | str. 89 | 40. Lín s pórkem | str. 95 |
| 11. Lín vařený namodro (dietní) | str. 89 | 41. Marinovaný lín | str. 95 |
| 12. Lín po vídeňsku | str. 89 | | |
| 13. Škvarky z lína | str. 90 | | |
| 14. Smažený marinovaný lín | str. 90 | | |
| 15. Lín na másle | str. 90 | | |
| 16. Hroboňovský lín | str. 90 | | |
| 17. Lín po cikánsku | str. 90 | | |
| 18. Lín s křenem | str. 90 | | |
| 19. Lín s ořechovou omáčkou | str. 91 | | |
| 20. Pečený lín se slaninou a chřestem | str. 91 | | |
| 21. Vřešťovský lín v alobalu | str. 91 | | |
| 22. Lín pečený v těstě | str. 91 | | |
| 23. Lín dušený s lečem | str. 91 | | |
| 24. Lín smažený ve vinném těstíčku | str. 92 | | |
| 25. Opékaný lín s kmínem a česnekem | str. 92 | | |
| 26. Pikantní líni | str. 92 | | |
| 27. Smažený lín | str. 92 | | |
| 28. Lín s kaparovou omáčkou | str. 92 | | |
| 29. Lín na kmíně | str. 92 | | |
| 30. Lín ve vinném aspiku | str. 93 | | |

1. Vařený lín

1/2 kg celých línů, ocet, cibule, pepř, bobkový list, sůl, citrón, máslo

Ocet, cibuli, sůl a koření přivedeme do varu, vložíme asi půlkilové celé líny. Vaříme 5 až 10 minut, podle velikosti. Uvařené líny vyjmeme na mísu a zdobíme citrónem.

2. Pečený lín

Větší lín, sůl, citrón, máslo, zelená petržel

Lína osolíme, na hřbetě nařízeme a do otvorů vsuneme plátky citrónu. Rybu pečeme na rozpáleném másle, při pečení podlijeme trochou vody a během celého pečení opakovaně rybu poléváme. Pečeme asi půl hodiny. Potom lína položíme na přehřátou mísu, zdobíme citrónem a zelenou petrželí a přelijeme šťávou. Přílohou jsou opečené brambory.

3. Lín se slaninovou omáčkou

1/2 kg línů, cibule, bobkový list, pepř, nové koření, ocet, 2 žloutky, sůl, mouka, 5 dkg slaniny

Líny uvaříme ve slané vodě s 3 dkg cibule, bobkovým listem, třemi zrny pepře, a zrnkem nového koření. Do 1/8 l tohoto odvaru přidáme 1/16 l octa, 2 žloutky, lžičku mouky a 5 dkg rozškvařené slaniny. Omáčku za stálého míchání zahustíme. Lína položíme na mísu a podlijeme omáčkou.

4. Lín s petrželí

Lín, cibule, petržel, sůl, pepř, nové koření, jíška, zelená petržel

Lína rozkrájíme na menší dílky, vložíme do kastrolu s máslem a krájenou cibulkou, petrželí, několika zrny pepře a nového koření osolíme. Rybu podlijeme vodou a prudce vaříme. Měkkou rybu vyndáme na mísu, do omáčky přidáme trochu jíšky a sekané zelené petržele a povařenou omáčku procedíme na maso. Jako přílohu podáváme brambory.

5. Lín s koprovou omáčkou

Líni, sůl, nové koření, jíška, kopr, bílé víno, polévkové koření, cibule, máslo, pepř, mouka, smetana, citrón, žloutek

Líny uvaříme ve slané vodě s novým kořením a cibulí. Jíšku zalijeme odvarem z línů, zahustíme, přecedíme, přidáme kopr, smetanu, polévkové koření a trochu bílého vína. Nakonec přidáme do omáčky žloutek. podle chuti osolíme, opepříme a přikyselíme citrónovou šťávou.

6. Lín se žampiony

Lín, sůl, celer, petržel, máslo, žampiony, pepř, citrón, jíška, bílé víno

Staženého lína rozkrájíme na menší kousky, kůži a ploutve vaříme ve vodě s celerem a petrželí. Na rendlík dáme kousek másla, nakrájené žampiony, špetku pepře a šťávu z polovičky citrónu. Rybí maso v tom podusíme. Polévku z kůže zahustíme jíškou, zředíme sklenicí bílého vína a povaříme. Maso ze šťávy vyndáme, šťávu smícháme se zasmaženou polévkou, necháme přejít varem a potom omáčku procedíme na maso, rozložené na míse. Ozdobíme plátky citrónu.

7. Lín ve smetanové omáčce

600 g lína, sůl, máslo, 30 g slaniny, cibule, červená paprika, 1/4 l smetany

Lína posolíme, opečeme na rozpuštěném másle a vyndáme. Uzenou slaninu pokrájíme na kostičky, přidáme k máslu a necháme rozpustit. Přidáme nakrájenou cibuli a opražíme. Zaspeme moukou, upražíme světlou jíšku, přidáme červenou papriku a zamícháme. Zalijeme smetanou, vložíme do ní opečenou rybu a společně podusíme. Do hotové omáčky přidáme podle chuti sůl, kousek syrového másla na zjemnění omáčky. Podáváme s dušenou rýží.

8. Pilaf z línů po turecku

2 půlkilové líni, 400 g rýže, 1/16 l Vegetolu, sůl

Olej rozežřejeme na hlubší pánvi, vložíme opranou rýži, osolíme a zalijeme horkou vodou. Na povrch rýže položíme osolené ryby bez hlav a ploutví, pánev uzavřeme pokličkou a dusíme tak dlouho, až se všechna tekutina vsákne a rýže změkne.

9. Lín namodro

1 lín (asi 800g), 200 g kořenové zeleniny, větší cibule, nové koření, celý pepř, bobkový list, tymián, 1/4 l octa, sůl, na obložení : 500 g sterilovaného celeru, 1 láhev sterilovaných fazolek, 3 rajčata, citrón

Hlavu a ploutve neodstraňujeme, lína v pekáči přelijeme horkým octem. V jiné nádobě uvaříme na plátky nakrájenou kořenovou zeleninu, celý pepř, nové koření, bobkový list a tymián. Z ryby odstraníme ocet, přidáme zcezený vývar se zeleninou a zvolna vaříme na mírném ohni asi 12 minut, pak rybu opatrně vyjmeme, břišní dutinu vyplníme zmačkaným alobalem a lína dáme na plochou, podlouhlou mísu, rybu obložíme sterilovaným celerem, zelenými fazolkami ve sladkokyselém nálevu, nakrájenými rajčaty a plátky citrónu. Podáváme s tmavým chlebem.

10. Lín v alobalu po italsku (dietní)

300 g lína, rajče, 20 g eidamu, 20 g másla, zelená petržel, sůl

Lína osolíme, vložíme do máslem vymazaného alobalu, pokryjeme na kolečka nakrájenými rajčaty a posypeme strouhaným sýrem. Pečeme zvolna 20 minut. Měkkou rybu obložíme zelenou petrželí, podáváme s brambory.

11. Lín vařený namodro (dietní)

1 lín, citrón, 20 g másla, zelená petržel, sůl

Lína uvaříme v osolené vodě do měkka. Měkkou rybu vyjmeme, rozdělíme na dvě porce, přelijeme rozpuštěným máslem a ozdobíme petrželí. Podáváme s bílým pečivem a vymačkanou citrónovou šťávou.

12. Lín po vídeňsku

4 porce lína, 40 g slaniny, 4 sardelové řezy, 2 dcl přírodního červeného vína, 40 g másla, sůl

Porce střídavě prokládáme slaninou a sardelkou, jen mírně solíme, upravíme do zapékačích misek, poklademe vločkami másla a v mírně přehřáté troubě zvolna pečeme do měkka. Při pečení proléváme rybu vypečenou šťávou. Podáváme s maštěnými vařenými brambory nebo dušenou rýží.

13. Škvarky z lína

2 líni (nebo okouni), 150 g sádla, hladká mouka, mletý pepř, sůl, pálivá paprika

Ryby vykostíme a nakrájíme na plátky asi dva cm silné. Mouku promícháme s pepřem, špetkou pálivé papriky, solí a v této směsi silně obalíme nakrájené proužky ryb. Na pánvi rozpálíme sádlo a ryby v něm ze všech stran rychle osmažíme. Vhodnou přílohou je tmavý chléb.

14. Smažený marinovaný lín

1 kg línů, sůl, mletý pepř, nové koření, muškátový oříšek, citrón, 30 g másla, 20 g cibule, lžička sardelové pasty, petrželka, vejce, žloutek, strouhanka, olej

Líny opepříme, poprášíme nastrouhaným muškátovým oříškem, tlučeným novým kořením, zakapeme citrónovou šťávou a dvě hodiny v chladnu marinujeme. Pak osušíme utěrkou, obalíme v mouce, v připraveném těstíčku a nakonec ve strouhance a na oleji po obou stranách usmažíme. Podáváme s bramborovou kaší. Těstíčko : na pánvi zpěníme 30 g másla se strouhanou cibulí, přidáme sardelovou pastu, pokrájenou petrželku a necháme vychladnout. Pak přidáme celé vejce a jeden žloutek a dobře ušleháme.

15. Lín na másle

Lín, menší cibule, mrkev, bobkový list, 10 kuliček pepře, máslo, 2 dcl mléka, lžice octa, sůl, vařené brambory, petrželka

Lína zabalíme do organtýnu a vaříme asi 15 minut ve slané vodě se zeleninou, kořením, lžičkou másla, mlékem a octem. Pak ho vybalíme, dáme na mísu, obložíme malými brambory, ozdobíme petrželkou a pokapeme máslem.

16. Hroboňovský lín

Lín, lžice hrozinek, lžice mletých mandlí, lžice citrónové šťávy, špetka citrónové kůry, 2 hřebíčky, lžička cukru, sůl, lžička oleje, 2 dcl vody

Lína dáme do kastrolu a zalijeme vroucím nálevem ze všech přísad, rybu v něm udusíme a podáváme studenou.

17. Lín po cikánsku

1 kg lína, 1/2 dcl oleje, 100 g cibule, 2 stroužky česneku, 100 g vařeného vepřového bůčku, půl lžičky soli, půl lžičky mleté papriky, lžička hladké mouky, 150 g sterilovaného leča, 150 g strilovaných kapií

Na oleji zpěníme nastrouhanou cibuli, utřený česnek a drobně nakrájený bůček. Přidáme podélně rozpůleného lína zaprášeného moukou, solí a paprikou. Pečeme 15 minut a pak přimícháme lečo, rozkrájené kapie a prohřejeme.

18. Lín s křenem

800 g lína, 1 cibule, bobkový list, 2 zrnka nového koření, 4 zrnka pepře, sůl, 30 g strouhaného křenu, 2 vejce natvrdo, 50 g másla, petrželka

Pokrájenou cibuli a koření zalijeme vodou, přivedeme k varu, vložíme osolené porce lína a vaříme na mírném ohni asi 10 minut. Měkkou rybu dáme na talíře, posypeme křenem, obložíme plátky vajec, přelijeme horkým máslem, ozdobíme petrželkou a podáváme.

19. Lín s ořechovou omáčkou

4 porce lína, 4 lžíce drcených ořechů, 2 lžíce krájených rajčat, 2 lžíce mouky, 2 dcl červeného vína, 1 dcl smetany, rozmarýn, bazalka, sůl, pepř, máslo.

Rozmarýnu vložíme do nakrojených otvorů v kůži, osolíme, opepříme, pomoučíme a opečeme na oleji. Přidáme rajčata, nasekanou bazalku, drcené ořechy, zalijeme červeným vínem, zjemníme smetanou a necháme provařit. Můžeme dochutit solí a pepřem.

20. Pečený lín se slaninou a chřestem

4 porce vykuchaného a očištěného lína (po cca 200 g), 200 g slaniny, 200 g chřestu, 100 ml bílého vína, 80 g hladké mouky, 50 g másla, olej, estragon, citronová šťáva

Slaninu nakrájíme na nudličky a osmahneme ji na suché pánvi. Z chřestu odstraníme tvrdé konce a uvaříme ho doměkka. Porce ryby osolíme, lehce zakapeme citronem, obalíme v hladké mouce a zprudka opečeme na rozpáleném oleji ze všech stran. Přendáme do pekáčku, obložíme chřestem a slaninou, podlijeme vínem, poklademe kousky másla, posypeme estragonem a vložíme na 10 - 15 minut do maximálně vyhřáté trouby. Hotovou rybu vyjmeme, udržujeme v teple v alobalu a omáčku ještě povaříme do zhoustnutí.

21. Vřešťovský lín v alobalu

1 lín, sůl, kmín, máslo, petrželka

Lína vykucháme a očistíme, kůži nestahujeme. Připraveného lína osolíme a okmínujeme zvenku i vevnitř. Do břišního otvoru dáme asi dvě kávové lžičky pravého másla a 2 - 3 snítky petrželky. Lína pečlivě zabalíme do alobalu. Rozhrábneme popel dohořívajícího ohně a lína v alobalu tam na 20 až 25 minut zahrabeme. Doba pečení se přímo úměrně řídí velikostí lína.

22. Lín pečený v těstě

Lín 2 ks, citron 1 ks, vejce 1 ks, pepř, sůl, citronová šťáva, sezamová semínka, rozmarýn Těsto: vejce 2 ks, rostlinný tuk 150 g, 100 ml vody, 500 g hladké mouky, 2 lžíce škrobové moučky

Nejdříve si připravíme těsto. Z prosáté osolené mouky, škrobové moučky, vajec, vody a tuku vypracujeme vláčné těsto, které necháme asi 1 hodinu odpočinout. Odležené těsto tence rozválíme na dva pláty. Rybu vykucháme, zbavíme ploutví, omyjeme a osušíme. Zakapeme citronovou šťávou, osolíme, opepříme a necháme půl hodiny odležet. Potom dutinu břišní naplníme plátky citronu, snítkou rozmarýnu a rybu zabalíme do rozváleného těsta. Okraje seřízneme podle tvaru ryby, pevně uzavřeme a potřeme rozšlehaným vejcem. Posypeme solí a v místech šupin sezamovým semínkem. Rybu v těstě pečeme ve středně vyhřáté troubě dozlatova. Lína pečeného v těstě podáváme s citronem.

23. Lín dušený s lečem

600 g lína, sůl, mletý pepř, olej (nebo máslo), 3 - 4 paprika (zelená), 4 rajčata, 200 ml vývar (zeleninový), petrželová nať

Očištěného a omytého lína osušíme čistou utěrkou, nakrájíme na porce osolíme, opepříme a na hodinu odložíme do chladničky. Na rozehřátém oleji zpěníme nadrobno nakrájenou cibuli, přidáme nakrájená oloupaná rajčata a zelené papriky nakrájené na malé nudličky, osolíme a krátce podusíme. Do tohoto leča vložíme připraveného lína, polijeme trochou zeleninového vývaru a za občasného míchání na mírném ohni dusíme doměkka. Hotové posypeme nasekanou petrželovou natí.

24. Lín smažený ve vinném těstíčku

600 g lína, sůl, 2 vejce, 4 lžíce bílé víno, mouka (hladká), pažitka, petrželová nať, olej (nebo máslo)

Očištěného a omytého lína osušíme čistou utěrkou a nakrájíme na porce. Jednotlivé porce lína odložíme na chladné místo nebo do ledničky na cca 1 hodinu. Z rozšlehaných vajec, bílého vína, hladké mouky a nadrobno nasekané čerstvé pažitky nebo petrželové natě vymícháme hladké těstíčko, do něhož namáčíme porce lína a smažíme na rozehrátém tuku nebo oleji dozlatova z každé strany.

25. Opékaný lín s kmínem a česnekem

600 g lína, sůl, kmín (drcený), česnek, mouka (hladká), mletá paprika, olej (rostlinný), citrón, pažitka (nebo petrželová nať)

Očištěné a omyté rybí maso osušíme čistou utěrkou, nakrájíme na porce, osolíme, posypeme drceným kmínem, potřeme utřeným česnekem a odložíme na hodinu do chladničky nebo na jiné chladné místo. Odleželé porce posypeme hladkou moukou, v níž jsme rozmíchali mletou papriku a opékáme na rozehrátém rostlinném oleji z obou stran doměkka. Hotové porce pokapeme citronovou šťávou a posypeme pažitkou nebo petrželovou natí.

26. Pikantní líni

2 líni, 2 lžíce hořčice (plnotučná), 3 lžíce strouhanky, 20 g másla, chilli, mletý pepř, sůl, citrónová šťáva, olej

Očištěné líny seřízneme na filátka, osolíme a osmažíme z obou stran na oleji. Hořčici smícháme s chilli, pepřem a strouhankou. Tuto směs natřeme z jedné strany na osmažené filety, pokapeme citronovou šťávou, poklademe plátky másla a zapečeme na grilu dokřupava.

27. Smažený lín

800 g lína, sůl, hladká mouka, 2 bílky, 40 g parmazánu, strouhanka, 160 ml oleje

Osolené půlky lína obalíme v mouce, smočíme v bílcích rozšlehaných se strouhaným sýrem a obalíme ve strouhance. Ihned po obalení je pomalu smažíme v oleji. Podáváme s bramborami nebo bramborovým salátem.

28. Lín s kaparovou omáčkou

4 porce lína, sůl, , 50 g kořenové zeleniny, pepř, nové koření, bobkový list, 2 šálky vody. Omáčka: 4 žloutky, 1 lžíce másla, citronová šťáva, sůl, 2 lžičky kaparů

Zeleninu a koření povaříme ve vodě, přidáme porce lína a na mírném teple uvaříme doměkka. Žloutky s máslem a solí šleháme v misce nebo v kastrůlku na mírném ohni do zhoustnutí, přidáme citronovou šťávu a procezený vývar z lína. Nakonec vmícháme rozsekané kapary. Porce přeléváme připravenou omáčkou.

29. Lín na kmíně

1 kg lína, sůl, půl lžičky kmínu, 50 g hladké mouky, 100 g másla, 3 lžíce vody

Z lína nakrájíme porce, omyjeme, osušíme, osolíme, okmínujeme a obalíme v hladké mouce. V pekáčku rozehrějeme máslo, vložíme do něj porce lína a pečeme v troubě doměkka a dočervena. Při pečení mírně podléváme vodou. Podáváme s vařenými brambory.

30. Lín ve vinném aspiku

Polovina lína, 2 vejce vařená natvrdo, 1 cibule, 1 petržel a mrkev, 30 g želatiny, větší sklenka bílého vína, pepř, bobkový list, citron, 1 okurka, 1 L vody, petrželka, sůl

Kořenovou zeleninu nakrájenou na plátky a koření povaříme ve vodě, přidáme porce lína a vaříme mírným varem doměkka. Vařeného lína vyjmeme, vývar procedíme, vmícháme do něj v trošce vody namočenou želatinu, přivedeme k varu a mícháme až se želatina rozpustí. Do aspiku vmícháme víno a necháme zhoustnout jako med. Mísu opatrně vylijeme aspikem a necháme v ledničce ztuhnout. Pak na aspik narovnáme porce lína, kolečka vajec, plátky karotky, okurky a zalijeme zbylým aspikem. Necháme opět ztuhnout v lednici.

31. Lín s bylinkovým máslem

4 porce lína, citronová šťáva, lžíce oleje, 40 g másla, snítka kopru, petrželky nebo pažitky, pepř, sůl

Lína částečně vykostíme, osolíme, opepříme a pokapeme citronovou šťávou. Porce opečeme po obou stranách na oleji. Máslo promícháme s jemně nakrájenými bylinkami a rozdělíme na čtyři díly. Na každou porci dáme jeden dílek bylinkového másla. Podáváme s rýží.

32. Lín s žampionovou omáčkou

4 porce lína, lžíce hladké mouky, lžíce másla, 20 g oleje, 2 lžíce strouhaného sýra, sklenka bílého vína, 4 lžíce smetany, 250 g žampionů, 1 žloutek, citronová šťáva, pepř, sůl

Porce lína osolíme, pokapeme citronovou šťávou a opečeme po obou stranách na rozehrátém oleji a másle. Tuk z opékání zaprášíme moukou, necháme zežloutnout, zředíme trochou vody, vmícháme sýr, víno, smetanu, sůl, pepř a citronovou šťávu. Krátce povaříme, vmícháme na plátky nakrájené a podušené žampiony a žloutek rozkvedlaný ve smetaně. Porce lína touto omáčkou přeléváme.

33. Dušený lín

4 porce lína, 80 g drobné cibule nebo pórkových hlaviček, 1 citron, 30 g másla, kousek masoxu, 1/8 l bílého vína, petrželka, worchester, sůl

Cibulky zalijeme vodou a vínem, přidáme citronovou šťávu, masox, worchester, sůl a dusíme doměkka. Pak přidáme porce lína a dusíme doměkka. Z měkkých porcí odstraníme větší kosti a kůži a porce narovnáme na teplé talíře. Do šťávy přidáme máslo a jemně nakrájenou petrželku. Necháme přejít varem a přidáme k porcím lína.

34. Lín se zeleninou

4 porce lína, citronová šťáva, 3 lžíce oleje, 1 cibule, stroužek česneku, 2-3 dcl bílého vína, 250 g salátové okurky, 250 g rajčat, 2 papriky, pepř, sůl, petrželka

Porce lína osolíme a pokapeme citronovou šťávou. Na lžici oleje zpěníme nadrobno nakrájenou cibuli, česnek a přidáme porce lína. Zalijeme je vínem a dusíme 10-15 minut. Na druhé části oleje osmažíme na proužky nakrájenou papriku, po pěti minutách přidáme nadrobno nakrájené okurky a po dalších pěti minutách přidáme spařená, oloupaná a na proužky nakrájená rajčata. Směs osolíme, opepříme, krátce podusíme a nalijeme na rybu. Chvilí společně dusíme. Podáváme s chlebem nebo s brambory.

35. Lín s vejci

4 porce lína, sůl, citron, 40 g másla nebo oleje, 2 natvrdo uvařená vejce, petrželka

Lína osolíme, střed lína nařízneme. Do zářezu vložíme půl plátku citronu a na másle pečeme v troubě doměkka. Měkké porce dáme na talíře, do vypečené šťávy přidáme citronovou šťávu ze zbylého citronu, promícháme a necháme přejít varem. Porci lína posypeme nadrobno nakrájenými vejci a petrželkou a přelijeme šťávou.

36. Lín se studenou pažitkovou omáčkou

4 porce lína, sůl, 1 cibule, 1 dcl bílého vína, 30 g oleje, 1 majolka, citronová šťáva, pažitka, lžíce husté smetany nebo bílého jogurtu

Porce lína osolíme a vložíme do kastrolu. Podlijeme olejem a vínem, přidáme nakrájenou cibuli a dusíme doměkka. Měkké porce vyjmeme, necháme vychladnout a přeléváme pažitkovou omáčkou. Tu připravíme tak, že majolku rozmícháme se smetanou, ochutíme citronovou kůrou a šťávou a nakonec do ní vmícháme nadrobno nakrájenou pažitkou. Podáváme vychlazené.

37. Zapečený lín

4 porce lína, ¼ l mléka, sůl, 500 g vařených brambor, 1 cibule, šálek oleje, stroužek česneku, lžička mouky, 1 žloutek, 80 g strouhaného sýra, 20 g másla

Porce lína vložíme do osoleného mléka a uvaříme do poloměkka. Téměř měkké urovnáme do pekáčku nebo do zapékací misky na vrstvu osolených vařených brambor. Posypeme cibulkou osmaženou na másle a nakrájeným česnekem. Do mléka rozmícháme mouku, povaříme, zjemníme žloutkem a nalijeme na připravené rybí maso. Nakonec posypeme strouhaným sýrem a poklademe vločkami másla. Zapečeme ve vyhřáté troubě až se sýr rozpustí a zružoví.

38. Lín na pepři a česneku

4 porce lína, stroužek česneku, sůl, pepř, 300 g brambor, 200 g cibule, zeleninový nebo rybí vývar, šťáva z citronu, bobkový list, 50 g másla, petrželka

Porce lína potřeme česnekem utřeným se solí. Mírně osolíme a opepříme. Syrové brambory a cibuli nakrájíme na tenká kolečka. Zapékací misku vymažeme silně máslem, na to vyrovnáme porce lína a okolo nich dáme cibuli a brambory. Zalijeme vývarem tak, aby byly porce potopené. Navrch položíme bobkový list a zakapeme citronovou šťávou. Posypeme petrželkou a pod pokličkou dusíme asi 30 minut v troubě.

39. Lín s kari

4 porce lína, sůl, 1 cibule, 40 g másla, šálek hovězího vývaru, koření kari, lžička másla, lžička mouky, 5 lžic smetany, pepř

Porce lína nakrájíme na kostky, osolíme a opepříme. Na másle zpěníme cibuli, přidáme kousky masa a vše opečeme. Podlijeme vývarem a dusíme doměkka. Přidáme kari. Lžičku másla smícháme s lžičkou mouky a přidáme k rybě. Zalijeme smetanou, povaříme a podle chuti dokořeníme.

40. Lín s pórkem

4 porce lína, sůl, pepř, 50 g slaniny, paprika, koření kari, 4 pórky, 2 lžíce strouhanky, 1 lžíce másla, citronová šťáva, petrželka

Slaninu nakrájíme na kostičky a rozpečeme. Do ní vložíme osolené, opepřené, popaprikované a kari posypané porce lína. Přidáme na špalíčky nakrájený pórek a dusíme v troubě doměkka. Měkké maso vyndáme, posypeme strouhankou osmaženou dočervena na másle a nadrobno nakrájenou petrželkou. Obložíme slaninou a pórkem, pokapeme citronovou šťávou a podáváme s rýží.

41. Marinovaný lín

½ lína, olej, sůl, ¼ l vody, bobkový list, 1 cibule, 4 celé pepře, citronová kůra, 2 kuličky nového koření, 2 hřebíčky, lžička kaparů, ½ l octa

Porce lína osolíme a opečeme na oleji. Svaříme vodu s octem a s kořením. Porce opečeného lína narovnáme do sklenice, zalijeme vychladlým nálevem tak, aby byly potopené, přidáme olej od opékání a kapary. Povážeme nebo přiklopíme víčkem a necháme pět dnů v chladu proležet.

SUMEC

- | | | | |
|-------------------------------------|----------|---|----------|
| 1. Šašlik ze sumce | str. 97 | 31. Bifteky ze sumce s pikantní omáčkou | str. 102 |
| 2. Pečený sumec | str. 97 | 32. Sumec na červeném víně | str. 103 |
| 3. Sumec s holandskou omáčkou | str. 97 | 33. Sumec po Plzeňsku | str. 103 |
| 4. Sumec s hořčičným máslem | str. 97 | 34. Sumec s mandlovou omáčkou | str. 103 |
| 5. Labužnický sumec | str. 97 | 35. Sumec na zelenině | str. 103 |
| 6. Sumec s čínským zelím | str. 98 | 36. Lesnický sumec | str. 103 |
| 7. Sumčí paprikáš | str. 98 | | |
| 8. Sumec Topaz | str. 98 | | |
| 9. Orlické sumčí rolky | str. 98 | | |
| 10. Sumec zapékaný s brambory | str. 98 | | |
| 11. Sumec s opilými brambory | str. 99 | | |
| 12. Pilaf ze sumce | str. 99 | | |
| 13. Sumec s brutnákem | str. 99 | | |
| 14. Džuveč ze sumce | str. 99 | | |
| 15. Sumčí závitky | str. 99 | | |
| 16. Pikantní sumec | str. 100 | | |
| 17. Guláš ze sumce | str. 100 | | |
| 18. Děvínský sumec | str. 100 | | |
| 19. Sumec na zelenině | str. 100 | | |
| 20. Bratislavský sumec | str. 100 | | |
| 21. Marinovaný filet ze sumce | str. 101 | | |
| 22. Závitky ze sumce | str. 101 | | |
| 23. Sumec na paprice | str. 101 | | |
| 24. Sumec v sýrovém obalu | str. 101 | | |
| 25. Sumec na černém pivu | str. 101 | | |
| 26. Sumec po německu | str. 102 | | |
| 27. Sumec na mátě | str. 102 | | |
| 28. Sumec na bazalce | str. 102 | | |
| 29. Grilovaný sumec v zeleném pepři | str. 102 | | |
| 30. Česnekový sumec | str. 102 | | |

1. Šašlik ze sumce

600 g sumčího masa, 200 g uzené klobásy, 200 g cibule, 4 lžíce oleje, lžíce citrónové šťávy, po lžičce octa, soli, pepře, cukru, nastrouhané cibule a utřeného česneku, olej

Maso nakrájíme na malé kostičky, klobásu na kolečka a cibuli také na kolečka, vše zalijeme marinádou připravenou smícháním zbývajících přísad a uložíme 1 den v chladu. Pak navlékáme na jehly střídavě kostičky sumčího masa, klobásu a cibuli. Pečeme 15 minut za občasného polévání zbylou marinádou.

2. Pečený sumec

Sumec, kořenová zelenina, cibule, 2 bobkové listy, několik zrnek pepře a hřebíčků, hladká mouka, 1/4 l octa, 1 l bílého vína, 3/4 l hovězí polévky, kyselá smetana, citrón, sardelové máslo

Sumce nasolíme, prořízneme po stranách a necháme několik hodin v chladu odležet. Pokrájíme na kolečka zeleninu a osmažíme do světle žluta na másle. Přidáme koření, zaprášíme trochou mouky a osmahneme. Přilijeme ocet, 1/2 l vína a hovězí polévku. Vše vaříme 1/2 hodiny, procedíme, smícháme se zbylým vínem a nalijeme na osušeného, moukou poprášeného a v kastrole uloženého sumce. Pečeme v mírně vyhřáté troubě a často poléváme marinádou a kyselou smetanou. Po upečení obložíme smaženými brambory a podáváme s procezenou, trošku zaprášenou šťávou, do které zamícháme citronovou šťávu a sardelové máslo.

3. Sumec s holandskou omáčkou

Sumec nebo štika, sůl, máslo, cibule, mrkev, petržel, celer, pór, 1/2 l octa, láhev bílého vína, bobkový list, celý pepř, hřebíček

Dobře omytou rybu důkladně odrhne solí, protože je sliznatá, a necháme několik hodin odležet. Zatím udusíme na másle zeleninu, pak zalijeme 3 l vody a octem, přidáme víno a koření. Uvařenou marinádu procedíme a ještě vařící nalijeme na rybu a rybu v ní uvaříme. Podáváme s brambory a holandskou omáčkou.

4. Sumec s hořčičným máslem

2 kg sumčího masa, 1 l bílého vína, 5 dcl vody, 50 g cibule, 150 g kořenové zeleniny, 2 bobkové listy, špetka tymiánu, 15 zrnek pepře, sůl, na hořčičné máslo : 150 g másla, 3 lžíce hořčice, 4 natvrdo uvařené žloutky, mletý pepř, sůl, zelená petrželka

Maso bez kůže nasolíme a necháme několik hodin odležet v chladu, potom ho dusíme v roztoku vína, vody, koření, pokrájené zeleniny a soli. Upravené na míse poléváme rozpáleným hořčičným máslem, které připravíme prolisováním žloutků a rozšleháním s ostatními surovinami, a zdobíme snítkami kadeřavé petržele.

5. Labužnický sumec

800 g sumce, 8 lžic oleje na pečení, lžíce oleje do omáčky, 4 lžíce sojové omáčky, 3 lžíce sherry, lžička solamylu, půl lžičky soli, 3 stroužky česneku, 3 lžíce rýžového vína, 2 lžičky cukru, lžička octa, 3 lžíce vody, sůl

Maso nakrájíme na kostičky, zaprášíme solamylem a solí a 10 minut pečeme v oleji rozmixovaném se 2 lžícemi sójové omáčky. Zbylou sójovou omáčku umícháme se třeným česnekem, sherry, vínem, cukrem, octem, olejem a vodou. Krátce povaříme a podáváme k rybě.

6. Sumec s čínským zelím

800 g sumce, 1/4 kg čínského zelí, 100 g žampionů, cibule, stroužek česneku, pórek, 2 dcl masového vývaru, půl lžičky zázvoru, lžice solamylu, 3 lžičky sójové omáčky, lžička cukru, lžice octa, sůl, lžice oleje

Do vymaštěné zapékací misky vložíme nakrájené čínské zelí, cibuli, pórek a česnek, přidáme na kostičky nakrájeného sumce, zalijeme vývarem osoleným a ochuceným zázvorem a 15 minut pečeme. Potom maso vyjmeme a zeleninu promícháme s pokrájenými žampiony a ostatními přísadami. Pečeme dalších 15 minut, pak vložíme rybu zpět a necháme prohrát.

7. Sumčí paprikáš

800 g sumce, 50 g slaniny, lžice sádla, cibule, rajče, 2 červené papriky, 3 dcl kyselé smetany, lžička sladké papriky, sůl

Kůže zbavené a vykostěné maso nakrájíme na kostičky a osolíme. Slaninu rozškvaříme, škvarky z ní odstraníme, přidáme sádlo, nakrájenou cibuli a když zčervená, odstavíme ji z ohně, zasypeme paprikou, na malé kousky nakrájenými paprikami a rajčetem, poklademe kousky masa, podlijeme nepatrným množstvím vody a velmi zvolna dusíme pod pokličkou 20 minut. Nemícháme ! Nakonec přilijeme osolenou smetanu, necháme přejít varem a podáváme s makarony.

8. Sumec Topaz

3/4 kg sumce, 4 lžice citrónové šťávy, 8 rajčat, 150 g sterilovaného hrášku, 150 g sterilované kukuřice, 2 cibule, pepř, špetka tymiánu, 50 g másla, polohrubá mouka, olej

Stažené sumčí maso naporcujeme, zakapeme citrónovou šťávou a asi hodinu necháme odležet v lednici. Rajčata asi 2 minuty povaříme, pak je rozčtvrtíme, odstraníme jádérka, cibuli pokrájíme na tenká kolečka, osmahneme ji na másle, přidáme rajčata, sterilovaný hrášek a kukuřici. Vše prohřejeme se solí a tymiánem. Marinované porce sumce osolíme, opepříme, obalíme v mouce a na oleji osmažíme. Podáváme se zeleninovou směsí.

9. Orlické sumčí rolky

600 g masa ze sumce, 200 g šunky, 3 žloutky, sůl, pepř, 2 dcl masového vývaru, 100 g másla, lžice hladké mouky

Z masa bez kostí a kůže nakrájíme čtvercové porce, ty osolíme, opepříme, potřeme kaší z mleté šunky, a žloutků, svineme, ovážeme nití a dusíme na másle za občasného podlití masovým vývarem. Udušené rolky vyndáme, omáčku zaprášíme moukou, povaříme, nalijeme na rolky zbavené nití a podáváme s bílým pečivem.

10. Sumec zapékaný s brambory

300 g sumce, 1/2 kg brambor, 150 g másla, sůl, lžice octa, 3 dcl smetany, 50 g hladké mouky, 50 g tvrdého sýra, 2 žloutky

Sumčí maso vaříme 10 minut v osolené a okyselené vodě, pak ho zbavíme kůže a pokrájíme na tenké plátky. Remosku vytřeme máslem, narovnáme do ní asi 1/3 osolených brambor, na ně polovinu sumčího masa, pak další třetinu brambor, zbylé maso a nakonec zbylé brambory. Z másla a mouky připravíme světlou jíšku, rozředíme ji smetanou, zakvedláme se strouhaným sýrem a krátce povaříme. Do odstavené omáčky přidáme žloutky a sumce s brambory zalijeme a upečeme.

11. Sumec s opilými brambory

4 porce sumce, sůl, půl lžičky pepře, 100 g sádla, 50 g cibule, 600 g brambor, 3 dcl černého piva

Plátky sumce bez kostí a kůže osolíme, opepříme a po obou stranách prudce opečeme na másle. Vyndáme je, ve zbytku sádla zpěníme nastrouhanou cibuli, rybu do ní vrátíme, obložíme kolečky nedovařených brambor, zalijeme pivem a pečeme, až jsou brambory měkké a mají kůrčičku.

12. Pilaf ze sumce

350 g sumce, sůl, 1 dcl oleje, 200 g předvařené rýže, půl lžičky pepře, 4 dcl silného rybího vývaru, petrželová nať

Sumčí maso bez kůže a kostí nadrobno pokrájíme a opečeme na oleji. Přidáme rýži, vývar, pepř, sůl, směs vlijeme do olejem vytřené rozehřáté remosky a asi 10 minut zapékáme, pak ještě necháme chvíli remosku zakrytou až se všechnen vývar vsákne do rýže. Pilaf podáváme ozdobený petrželovou natí.

13. Sumec s brutnákem

600 g sumce, sůl, 50 g hladké mouky, 1 dcl oleje, 50 cibule, 2 dcl bílého vína, 2 lžičky sardelové pasty, lžice citrónové šťávy, 50 g másla, 50 g lístečků brutnáku

Maso bez kůže a kostí osolíme, zaprášíme moukou. V oleji zpěníme cibuli, přidáme víno, sardelovou pastu a rybu a zvolna dusíme 15 minut. Hotové pokapeme citrónovou šťávou a podáváme sypané nakrájenými lístky brutnáku s malým kouskem másla.

14. Džuveč ze sumce

400 g sumčího masa, 1/4 kg předvařené rýže, 3 rajčata, 3 zelené papriky, 3 cibule, 5 stroužků česneku, 2 dcl bílého přírodního vína, 2 dcl vody, bobkový list, pepř, sůl

Maso bez kůže a kostí pokrájíme na kostičky a 5 minut opékáme na oleji, přidáme pokrájená rajčata, pokrájenou cibuli, papriky, rýži a vše zalijeme horkým vínem smíchaným s vodou, utřeným česnekem, solí, pepřem, rozdrčeným bobkovým listem, promícháme a přikryté vložíme na 10 minut do rozpálené trouby.

15. Sumčí závitky

4 sumčí porce, 4 plátky slaniny, lžice hořčice, lžička sladké papriky, pepř, sůl, 2 lžice bylinek (pažitka, petržel, libeček), lžice citrónové šťávy, 2 červené kapie, 2 zelené papriky, 2 cibule, 4 lžice oleje, 2 dcl masového vývaru, 2 dcl jogurtu, půl lžičky karí

Osušené porce okořeníme, pokapeme citrónovou šťávou, potřeme hořčicí, posypeme polovinou nadrobno usekaných bylinek, poklademe plátky slaniny, zavineme a párátky zajistíme. Kapie a papriky nakrájíme na proužky a cibuli na kolečka. Osolenou zeleninovou směs ochucenou zbytkem bylinek dusíme za občasného podlévání vývarem do poloměkka, přidáme závitky a na mírném ohni ještě asi 20 minut dusíme. Vyndáme je na talíř, zeleninu zakvedláme osoleným jogurtem s karí a po prohřátí nalijeme na závitky a ihned podáváme.

16. Pikantní sumec

4 plátky sumce, 200 g žampionů, 200 g rajčat, půl citronu, 50 g másla, 1 dcl šlehačky, 1 dcl slepičího vývaru, lžička koprové natě, půl lžičky pepře, sůl

Rajčata bez měkkého středu pokrájíme, žampiony rozvrstvíme a pokapeme citrónovou šťávou a obojí podusíme na másle. Po 5 minutách přidáme šlehačku, pepř a osolíme. Porce také osolíme, popepříme a pokapeme citrónovou šťávou. Do ohnivzdorné, máslem vymazané mísy dáme nejprve maso, pak připravenou směs, vše posypeme nakrájeným koprem a upečeme, podáváme se smaženými brambory.

17. Guláš ze sumce

600 g sumce, 50 g sádla, 50 g slaniny, 200 g cibule, 2 stroužky česneku, lžíce rajčatového protlaku, lžíce papriky, půl lžičky pepře, půl lžičky drceného kmínu, lžíce červeného vína, sůl

V sádle rozškvaříme slaninu, přidáme nahrubo nastrouhanou cibuli, když zrůžoví, přidáme česnek rozetřený se solí, protlak a koření. Přidáme několik lžic vody a krátce podusíme. Do omáčky přidáme na kostičky pokrájené maso, 10 minut podusíme a ochutíme vínem.

18. Děvínský sumec

4 porce sumce, sůl, půl lžičky pepře, 80 g šunky, 60 g tvrdého sýra, natvrdo vařené vejce, 1,5 dcl oleje, 30 g pražených mandlí, 4 půlky kompotovaných broskví, 4 žloutky, 2 lžičky sherry

Porce sumce bez kůže a kostí osolíme, opepříme, položíme na ně po plátku šunky, sýra, čtvrtku vajíčka, přeložíme, sepneme jehlou, ještě osolíme a opepříme a zprudka opečeme na oleji. Hotové kapsy necháme v teple a zapícháme do nich krájené loupané pražené mandle. Podáváme s broskvovým kompotem s vařeným žlutkem místo pecky, mírně osolený a pokapaný sherry.

19. Sumec na zelenině

1 kg sumce, lžička soli, lžíce hladké mouky, 70 g sádla, čtvrt cibule, 80 g vařené kořenové zeleniny, 1 kyselá okurka, pepř, lžička rajčatového protlaku, 0,5 dcl červeného vína, citrónová šťáva

Porce ryby osolíme, zaprášíme moukou a opečeme na sádle. Do výpeku přidáme nastrouhanou cibuli, po zpěnění na ní vrátíme rybu, přidáme nahrubo nastrouhanou kořenovou zeleninu, na kostičku nakrájenou okurku, pepř, protlak rozmíchaný v trošce vody a dusíme do měkka. Nakonec přilijeme víno a každou porci sumce stříkneme citrónovou šťávou.

20. Bratislavský sumec

2 porce sumce, 50 g cibule, 50 g másla, lžička sladké papriky, 2 lžíce rajčatového protlaku, lžíce citrónové šťávy, lžička cukru, 1 dcl rybího vývaru, sůl, lžička maizeny, 1 dcl mléka

Na másle osmahneme nastrouhanou cibuli, přidáme porce sumce bez kůže a kostí, papriku, protlak, citrónovou šťávu, vývar a vše dusíme 10 minut. Pak přilijeme mléko s rozkvedlanou maizenou a krátce povaříme.

21. Marinovaný filet ze sumce

3 filety sumce, 3 dcl bílého jogurtu, rybí nebo grilovací koření, 2 stroužky česneku

Smícháme jogurt s kořením a utřeným česnekem. Ve směsi necháme filety marinovat 24 hodin. Dále můžeme filety grilovat nebo péct v troubě. V průběhu pečení filety mažeme zbytkem marinády. Podáváme s bramborem nebo salátem.

22. Závitky ze sumce

1 kg sumce nakrájeného na 8 plátků, sůl, mletý pepř, tlučené nové koření, 30 g sardelové pasty, 40 g oleje, 100 g rajčat, 100 g zelených paprik

Plátky ze sumce osolíme, okořeníme, potřeme sardelovou pastou, stočíme a povážeme nití. Opečeme v horkém oleji a v troubě dopečeme. Vychladlé závitky zbavíme nití, urovnáme na mísu, ozdobíme rajčaty a paprikami a podáváme s chlebem nebo pečivem.

23. Sumec na paprice

40 dkg sumčího masa, 2 celé cibule, 2 silnostěnné papriky, 1 dl zakysané smetany, 2 lžičky mleté červené papriky, sůl, pepř, 1 svazeček petržele.

Na oleji si mírně orestujeme cibuli nakrájenou na kolečka, načež k ní přidáme nadrobno nakrájenou papriku. Obojí ještě chvíli podusíme, zaprášíme mletou paprikou a zalijeme malým množstvím vody. Potom k zelenině přidáme osolené a opepřené rybí maso a 15-20 minut vaříme. Rybu vyjmeme, šťávu okořeníme solí a pepřem, přisypeme čerstvě nasekanou petrželku, zalijeme smetanou a lehce provaříme.

24. Sumec v sýrovém obalu

Filety ze sumce 4 ks, sůl, kari, česnek, bylinky, olivový olej, sýr, strouhanka

Filety osolíme, na jednu stranu dáme kari a na druhou stranu sumce dáme česnek a bylinky. Nastrouháme sýr a smícháme ho s domácí strouhankou, filety v něm obalíme. Rozpálíme pánev s nepřilnavým povrchem, dáme na ni trochu olivového oleje a takto obalené filety v něm osmažíme. Podáváme s bramborem, polité máslem a posypané petrželkou.

25. Sumec na černém pivu

400 g sumce, 50 g másla, kmín, pepř, sůl, 100 ml vinného octa, česnek 1 stroužek, tymián, 1 lžička cukru, 300 ml černého piva, plocholistá petržel, strouhanka 50 g, máslo 30 g, cibule 200 g

Očištěný a omytý filet ze sumce nakrájíme na porce, osolíme, opepříme a posypeme drceným kmínem. Na rozpálenou pánev dáme kolo pečicího papíru, na něm necháme rozpustit máslo a zprudka opečeme filet 2 minuty z každé strany. Oloupanou cibuli nakrájíme na větší kousky a opečeme dozlatova. Přidáme cukr, jemně necháme zkaramelizovat, zalijeme vinným octem, černým pivem a 5 minut důkladně provaříme. Tuto směs nalijeme do pekáčku, přidáme snítku tymiánu, vložíme opečeného sumce a při 180 °C pečeme 15 minut. Na másle zpěníme strouhanku, přidáme na jemno nasekanou petrželku a prolisovaný stroužek česneku. Upečeného sumce obalíme v připravené strouhance a dáme ještě na další 3 minuty zapéct do trouby na 180 °C.

26. Sumec po německu

1 sumec (asi 900 g), 3 dl smetany, 50 g hladké mouky, mletý bílý pepř, máslo, 1 citrón, 20 g kaparů, sůl

Sumce očistíme, vykucháme a stáhneme z kůže. Maso omyjeme, osušíme a naporcujeme. Porce sumce pokapeme citrónem, posypeme bílým pepřem a necháme půl hodiny až hodinu odležet. Poté porce obalíme v mouce a opečeme na másle (asi 10 minut). Po opečení zalijeme sumce smetanou, přidáme nasekané kapary. Dle chuti dosolíme a pokapeme citrónem. Krátce povaříme.

27. Sumec na mátě

8 tenkých plátků ze sumce, 4 lístky čerstvé máty, 20 g másla, 1/4 l smetany, citrónová šťáva, sůl, mletý pepř, petrželka

Plátky sumce jemně naklepeme, nejlépe sevřenou pěstí, aby se maso nepotrhalo. Pokapeme jej citrónovou šťávou a necháme odležet. Zapékací mísu silně vymažeme. Rozložíme do ní lístky máty a na ni poklademe plátky ryby. Osolíme, opepříme, přidáme máslo. Vše zalijeme částí ohřáté smetany, povrch posypeme jemně nasekanou petrželkou. Pečeme v mírně vyhřáté troubě. Při pečení je přeléváme zbývající smetanou.

28. Sumec na bazalce

1 kg sumce, sardelová pasta, lžička bazalky, zelená petrželka, pažitka, 2 citrony, pepř, sůl

Dvě lžičky sardelové pasty rozetřeme se šťávou z jednoho citrónu. Přidáme bazalku, jemně nasekanou petrželku i pažitku. Vše dobře promícháme. Vzniklou směsí mažeme osolené a opepřené kousky naporcované sumce. Ke každému kousku ještě přidáme 2 tenké plátky citrony. Jednotlivě balíme do alobalu a grilujeme asi 20 minut.

29. Grilovaný sumec v zeleném pepři

1 kg filetů ze sumce, drcený zelený pepř, sůl, šťáva z 1 citrónu, 1 citrón, salátové listy.

Filety ze sumce nakrájíme na porce. Maso osolíme, pokapeme citrónovou šťávou a vetřeme drcený pepř. Necháme 2 hodiny v chladu odležet. Po odležení rybu grilujeme 5 minut z každé strany. Hotové maso podáváme na listech salátu, ozdobené řezy z citrónu.

30. Česnekový sumec

1 kg sumce (250 g na porci), 4 lžíce oleje, 6 stroužků česneku, 3 hrsti zelených pórkových listů, 2 lžíce hladké mouky, máslo, petrželka, sůl

Očištěné a vykuchané ryby naporcujeme. Porce osolíme a na oleji zprudka opečeme. Přidáme nakrájený pórek, drobně sekaný česnek a i s rybou ještě opékáme. Zahustíme kouskem másla smíchaného s hladkou moukou a mírně podlijeme. Krátce povaříme tak, aby se ryby nerozvařily.

Povrch posypeme petrželkou.

31. Bifteky ze sumce s pikantní omáčkou

4 porce sumce, 50 g plátků slaniny, 2 cibule, 1 lžíce nasekaného řapíkatého celeru, 2 lžíce hladké mouky, 1 lžíce oleje, 1 dl bílého vína, 1 citrón, sůl. Na omáčku: 1 kysaná smetana, 1 lžíce maggi, 2 lžíce silného rybího bujónu, špetka chilli, pepře a soli – vše spojíme

Porce sumce překryjeme plátky slaniny, osolíme a pokapeme citrónem. Dáme do chladu uležet na 2 hodiny. Poté porce sumce zaprášíme moukou a zprudka opečeme na oleji do zlatova. Ryby vyjmeme a dáme na nahřáté talíře. Do výpeku přidáme zbytky pokrácené slaniny, na jemno nasekanou cibuli, celer a osmahneme. Přidáme víno, porce sumce vrátíme zpět a ještě 5 minut pečeme dokřupava. Na talíři přelijeme pikantní omáčkou.

32. Sumec na červeném víně

1 ks cibule, 2 polévková lžíce mouka pšeničná hladká, 2 polévková lžíce octa, 100 ml olej rostlinný, 2 polévková lžíce protlak rajčatový, 1000 g sumec filety, 1 kávová lžička soli, 10 krajíc vecka, 100 ml víno červené, 400 ml vývar rybí

Omyté a osušené filety ze sumce osolíme a vložíme do kastrolu. Na oleji osmažíme oloupanou, jemně nakrájenou cibuli a zaprášíme hladkou moukou. Podlijeme vínem a octem, osolíme, přidáme rajčatový protlak, rybí vývar a povaříme asi 30 minut. Potom omáčku přecedíme na filety a dusíme doměkka. Filety upravíme na nahřátou mísu a podáváme obložené opečenými plátky vecky.

33. Sumec po „Plzeňsku“

4 porce sumce, sůl, pepř, 2 dl plzeňského piva, 60 g strouhaného sýra, 20 g hladké mouky, lžička oleje, olej na smažení

Z mouky, sýra, oleje a piva připravíme hladké těstíčko a namáčíme do něj osolené a opeřené porce sumce. Smažíme na oleji po obou stranách dozlatova. Podáváme s tatarskou omáčkou nebo křenovou majonézou.

34. Sumec s mandlovou omáčkou

4 porce sumce, ¼ l vody, ½ l octa, 1 cibule, 2 celé pepře, šťáva z 1 citronu, lžička cukru, 100 g strouhaných mandlí, 1 žloutek, sůl

Povaříme vodu s octem, cibulí, solí a pepřem. Do vařícího vývaru přidáme porce sumce a vaříme doměkka. Měkké porce vyjmeme, vývar procedíme, přidáme do něj nastrouhané mandle a citronovou šťávu s kouskem kůry. Ochucený vývar povaříme, podle chuti osladíme a nakonec vmícháme žloutek. Již nevaříme. Každou porci přelijeme omáčkou a podáváme opékané brambory.

35. Sumec na zelenině

4 porce sumce, 40 g oleje, sůl, pepř, 100 g zeleniny (mrkev, pórek, paprika), citron, pažitka

Porce sumce osušíme, opeříme, osolíme a opečeme na oleji. Opečené vyjmeme z oleje, do kterého pak přidáme nadrobno nakrájenou zeleninu. Dusíme jí téměř doměkka. Potom přidáme zpět porce sumce, vše vložíme do horké trouby a pečeme až je maso měkké. Před podáváním dochutíme citronem a petrželkou.

36. Lesnický sumec

800 g sumce, sůl, pepř, 130 g čerstvých hub, 80 g cibule, 100 g slaniny, 1 citron, 1 sklenka ginu, pažitka, 40 g oleje

Porce sumce osušíme, osolíme, opeříme a opečeme na oleji. Na drobně nakrájené slanině zpěníme cibuli, přidáme na plátky nakrájené houby a podusíme, až jsou houby téměř bez vody. Přidáme opečeného sumce a pečeme sumce doměkka za občasných přelití. Před koncem pečení přidáme pažitku a gin. Porce přeléváme dochucenou šťávou.

ÚHOŘ

1. Silvestrovský úhoř	str. 105	31. Úhoř po pstružském způsobu	str. 111
2. Grilovaný úhoř s pikantní omáčkou	str. 105	32. Úhoř na červeném víně	str. 111
3. Úhoř na jehle	str. 105	33. Ragú z úhoře	str. 111
4. Úhoř v alobalu po finsku	str. 105	34. Marinovaný úhoř	str. 111
5. Úhoř se žampióny po italsku	str. 105	35. Lečo z úhoře	str. 112
6. Úhoř na roštu	str. 106	36. Úhoř s křenem	str. 112
7. Úhoř po Rumunsku	str. 106	37. Šašlik z úhoře	str. 112
8. Pikantní úhoř	str. 106	38. Úhoř v pivním těstě	str. 112
9. Úhoř obložený vejci	str. 106	39. Grapefruity s úhořem	str. 112
10. Úhoř pečený v kastrolu	str. 106	40. Úhoř po finsku	str. 113
11. Úhoř v aspiku	str. 107		
12. Úhoř dušený s bylinkami	str. 107		
13. Úhoř na vlašský způsob	str. 107		
14. Úhoř s vinnou omáčkou	str. 107		
15. Úhoř na šalvěji	str. 108		
16. Jistebnické tajemství	str. 108		
17. Haderslevský úhoř	str. 108		
18. Studený úhoř	str. 108		
19. Televizní úhoř	str. 108		
20. Úhoř pečený na pánvi	str. 109		
21. Úhoř v marinádě	str. 109		
22. Úhoř na česneku	str. 109		
23. Úhoř po belgicku	str. 109		
24. Pečený úhoř s pórkem a olivami a la Martégale	str. 109		
25. Úhoř po italsku	str. 110		
26. Smažený úhoř	str. 110		
27. Stáčené úhoří řezy	str. 110		
28. Úhoř po římsku	str. 110		
29. Pečený úhoř na žampiónech	str. 110		
30. Úhoř na kmíně	str. 111		

1. Silvestrovský úhoř

Úhoř, máslo, bílé víno, pepř, nové koření, petrželová nať, vejce, hořčice, olej, cukr, citrón, cibule

Úhoře položíme do pekáče s 20 dkg másla, 1/4 l bílého vína, pepřem, novým kořením a petrželovou natí. Dusíme v troubě asi půl hodiny a necháme v omáčce vychladnout. Zatím připravíme omáčku ze dvou strouhaných cibulí, 4 rozmačkaných vařených žloutků, 3 lžic hořčice, 4 lžic oleje soli, pepře, špetky cukru a citrónové šťávy. Úhoře položeného na dlouhou mísu zalijeme touto omáčkou a obložíme natvrdo uvařenými vejci, dílky citrónu a petrželovou natí

2. Grilovaný úhoř s pikantní omáčkou

4 porce úhoře, sůl, citrón, olej, na omáčku : 1 majolka, bílý pepř, půlka malé sladkokyselé okurky, půl lžičky sardelové pasty, citrónová kůra, zelená petržel, půl lžičky hořčice, sůl

Úhoře osolíme, zakapeme citronovou šťávou a necháme chvíli odležet. Potřeme olejem a na mřížce grilu po obou stranách opečeme. Porce dáme na nahřáté talíře, přidáme vařené brambory a polijeme omáčkou. Omáčka : okurku a zelenou petržel velmi jemně nasekáme, vmícháme do majolky a ochutíme ostatními přísadami.

3. Úhoř na jehle

1 úhoř, 3 tvrdá rajčata, mletý pepř, mletá paprika, 100 g slaniny, 2 cibule, olej, sůl

Úhoře nakrájíme na plátky asi 2 cm silné, osolíme, okořeníme, potřeme olejem. Na rožnici jehlu napichujeme střídavě kousky úhoře, půlky malých rajčat, plátky slaniny a silnější kolečka cibule. Pečeme na roštu nebo na velké vymaštěné pánvi. Podáváme s opečenými brambory a zeleninovým salátem.

4. Úhoř v alobalu po Finsku

8 porcí úhoře, 4 rajčata, 2 citróny, 100 g másla, bílý pepř, sůl

8 kusů alobalu vymažeme máslem a vyložíme kolečky oloupaných citrónů zbavených jader a kolečky nakrájených rajčat. Na to vložíme osolené a opeřené porce úhoře, dobře zabalíme a upečeme v troubě. Vhodnou přílohou jsou opečené brambory nebo bramborová kaše.

5. Úhoř se žampióny po italsku

Úhoř, olej, 2 cibule, 150 g žampiónů, 1/16 l bílého vína, 3/4 l rajčatové šťávy, zelená petržel, mletý pepř, estragon, sůl

Úhoře nakrájíme na 3 cm silná kolečka, osolíme, opepříme a na rozpáleném oleji rychle opečeme. Opečenou rybu vyjmeme a uložíme v teple. Na oleji od opékání osmažíme nakrájenou cibuli a žampióny. K měkkým houbám vrátíme rybu, přidáme víno, rajčatovou šťávu a přiklopené zvolna dusíme. Podáváme posypané zelenou petrželí a estragonem s vařenými brambory.

6. Úhoř na roštu

Asi 750 g úhoře, mletý pepř, citrónová šťáva, tatarská omáčka, sůl

Oprané porce úhoře osušíme, na hřbetní straně několikrát nařízneme, opepříme a zakapeme citrónovou šťávou a osolíme. Porce ryby necháme asi hodinu odležet, pak vložíme do grilu na zahřátý rošt a grilujeme asi 5 minut, rybu obrátíme a grilujeme dalších 5 minut. Hotové porce klademe na nahřáté talíře, podáváme s opečenými brambory sypanými drobně nakrájenou zelenou petrželkou a přiloženou tatarskou omáčkou.

7. Úhoř po Rumunsku

5 porcí úhoře, 3 dcl přírodního bílého vína, zelená petrželka, 70 g másla, 2 natvrdo uvařené žloutky, lžice hořčice, mletý pepř, ocet, cukr, citrón, sůl

Staženého úhoře nakrájíme na 10 cm porce, dobře je osolíme a necháme asi 3 hodiny odležet v chladu. Pak je naskládáme do kastrolu těsně k sobě, zalijeme vínem, posypeme jemně usekanou petrželkou a přiklopené dusíme do měkka. Na omáčku rozpustíme máslo, přidáme nadrobno nakrájené žloutky, hořčici, opepříme, nepatrně osladíme a okyselíme octem. Podáváme s omáčkou, plátky citrónu, vařenými maštěnými brambory nebo s bílým pečivem.

8. Pikantní úhoř

1 kg úhoře, cibule, 2 hřebíčky, stonek celeru, 2 dcl suchého vína, 1 dcl oleje, 40 g strouhanky, vejce, 2 dcl vody, zelená petrželka, sůl, pepř, citrón

Úhoře stáhneme a nakrájíme asi na 10 cm porce, vložíme do kastrolu, zalijeme vínem a vodou, přidáme usekanou cibuli, hřebíčky, celerovou nat a osolíme. Přivedeme k varu a vaříme asi 20 minut. Pak rybu vyjmeme, do osoleného vejce přidáme lžici olivového oleje a ušleháme do pěny. Kousky úhoře namočíme do této pěny a obalíme strouhankou. Pak maso vložíme do vymaštěné grilovací mísy, vložíme do přehřátého grilu a silným ohněm grilujeme asi 3 minuty. Nakonec ozdobíme snítkami petržele a kolečky citrónu a podáváme se smaženými brambory a případně rajčatovým salátem.

9. Úhoř obložený vejci

Úhoř, 2 citróny, 4 vařená vejce, 100 g másla, strouhanka, trochu hovězího vývaru, křen, sůl

Staženého úhoře nakrájíme na asi 4 cm dlouhé válečky, osolíme a asi půl hodiny necháme odležet. Dílky úhoře střídavě s plátky citrónu napichujeme na jehlu, zakapeme citrónovou šťávou a pečeme na másle za stálého polévání hovězím vývarem. Upečeného úhoře posypeme na másle osmahlou strouhankou a necháme krátce zapéci. Pak stáhneme z jehel, narovnáme na mísu, obložíme vařenými brambory a natvrdo vařenými plátky vajec. Podáváme se strouhaným křenem a hlávkovým salátem.

10. Úhoř pečený v kastrolu

Úhoř, 5 lžic oleje, 2 citróny, lžice sekané petrželky, pepř, sůl

Staženého úhoře nakrájíme na krátké válečky a osušíme je. Olej smícháme se šťávou z jednoho citrónu a petrželkou. Kousky úhoře osolíme, opepříme, vložíme do oleje a necháme asi hodinu marinovat. Pak kousky úhoře narovnáme do kastrolu a pečeme v troubě asi 10 minut a průběžně poléváme okořeněným olejem. Podáváme zdobené kolečky citrónu a s vařenými brambory sypanými petrželkou.

11. Úhoř v aspiku

1 kg úhoře, 100 g cibule, bobkový list, celý pepř, tymián, hřebíček, kopr, 1 dcl octa, 30 g želatiny, 2 vejce, 7 g soli, 10 g masoxu, 100 g sterilované okurky, 100 g mrkve, kapie, petrželová nať, 1/2 l vody

Do vody dáme masox, koření, ocet, sůl, cibuli, kopr, mrkev a necháme přijít do varu, potom snížíme teplotu a do nálevu vložíme úhoře. Ohřejeme těsně pod bod varu, po 1/4 hodině úhoře vyjmeme, vývar přecedíme a přidáme želatinu. Vše zprudka povaříme a odstavíme. Na dno formy, do které budeme ukládat úhoře, vylijeme tenkou vrstvu uvařeného a zchlazeného aspiku, necháme ztuhnout, naskládáme porce úhoře a částečně zalijeme aspikem tak, aby neplavaly. Za chvíli dolijeme aspik tak, aby byly porce téměř zality, necháme ztuhnout, ozdobíme kolečky natvrdo vařených vajec, kolečky okurky, kapií a petrželovou natí a dolijeme zbylým aspikem. Po zchladnutí podáváme s chlebem.

12. Úhoř dušený s bylinkami

1 kg úhoře, 50 g másla, 2 dcl bílého vína, 2 dcl citrónové šťávy, pepř, 30 g soli, 2 žloutky, trocha čerstvých bylinek (máta, kerblík, petrželová nať, šťovík, libeček)

Úhoře nakrájíme na menší porce, osolíme, opepříme a vložíme do misky z varného skla, přidáme nadrobno nasekané bylinky, máslo a asi 10 minut dusíme. Pak porce zalijeme vínem a vodou aby byly potopeny a dusíme dalších asi 10 minut, porce vyjmeme, vývar procedíme, přidáme citrónovou šťávu a žloutky. Nádobu vložíme do vodní lázně a mícháme tak dlouho, až omáčka zhoustne a dochutíme. Nakonec porce úhoře přelijeme omáčkou a necháme vychladit. Podáváme s chlebem.

13. Úhoř na vlašský způsob

1 kg úhoře, 15 g soli, 100 g mrkve, celý pepř, 5 dcl bílého vína, vejce, 160 g oleje, 120 g strouhanky, petrželová nať

Staženého úhoře nakrájíme na kousky a osolíme. Zvlášť připravíme víno, celý pepř, mrkev nakrájenou na nudličky, a přivedeme do varu. Vložíme úhoře a vaříme na mírném ohni asi 15 minut. Pak porce vyndáme, necháme okapat. Na talíři rozšleháme vejce, osolíme a přidáme lžici oleje, dílky úhoře do této směsi namočíme, obalíme ve strouhance a usmažíme do zlatova na rozpáleném oleji. Podáváme s brambory.

14. Úhoř s vinnou omáčkou

Úhoř, 150 g másla, lžice hladké mouky, 2 dcl bílého vína, 2 dcl hovězího vývaru, cibule, snítka petrželové natě, 5 žampionů, špetka mletého pepře, špetka mletého hřebíčku, rozdrcený bobkový list, 2 žloutky, sůl

Nestaženého úhoře vytřeme solí, rozdělíme na porce a pečeme na másle asi 10 minut. Pak ho zaprášíme moukou, zalijeme vývarem a vínem, okořeníme, přidáme celé žampiony, strouhanou cibuli, petrželovou natí a do měkka udusíme. Maso opatrně vybereme, upravíme na míse, omáčku procedíme, pokrájíme žampiony, zakvedláme žloutky a nalijeme zpět na úhoře.

15. Úhoř na šalvěji

800 g úhoře, 50 g čerstvých šalvějových lístků, 3 lžíce oleje, 3 lžíce octa, 3 lžíce bílého vína, 3 lžíce vody, šťáva z jednoho citrónu, pepř, 50 g strouhanky, sůl

Úhoře pokrájíme na 5 cm široké dílky, osolíme, opepříme, v porcelánové misce zalijeme roztokem oleje, octa, vína a vody, zakryjeme šalvějovými lístky a na 1 den uložíme do chladu. Druhý den každou porci zabalíme do šalvějových lístků, převážeme nití a vložíme do zapékací misky. Zalijeme zbytkem marinády, posypeme strouhankou a pečeme 20 minut. Pak odstraníme šalvěj, pokapeme citrónovou šťávou a podáváme.

16. Jistebnické tajemství

1 kg úhoře, 50 g hříbků, snítka petrželky, cibule, pepř, strouhaný muškátový oříšek, 100 g másla, 3 žloutky, 100 g strouhanky, 3 lžíce smetany, 500 g kapřího mlíčí, 50 dcl mléka, sůl

Staženého úhoře umeleme s hříbkou, petrželí a cibulí, opepříme, přidáme špetku mletého muškátového oříšku, osolíme, přidáme rozpuštěné máslo, žloutky, smetanu, strouhanku a kašovinu dobře promícháme. Do vroucího osoleného mléka vložíme kapří mlíčí, 5 minut je povaříme a také umeleme. Plech vyložíme alobalem vymaštěným olejem, na něj rozestřeme polovinu kaše z úhoře, vrstvu kapřího mlíčí a vrstvu kašoviny a upečeme.

17. Haderslevský úhoř

4 porce úhoře, sůl, 50 g sádla, půl lžičky pepře, lžička čerstvě pokrájené šalvěje, lžíce pokrájené petrželky, 2,5 dcl silného černého piva, lžička bramborové mouky

Úhoře osolíme, opepříme, prudce opečeme na sádle, zasypeme šalvějí a petrželkou, podlijeme pivem a udusíme. Omáčku vysmahlou na polovinu zahustíme bramborovou moukou rozmíchanou v troše vody.

18. Studený úhoř

Úhoř, sůl, 3 dcl citrónové šťávy, 5 stroužků česneku, lžička pepře, petrželová nať, 2 dcl oleje

Celého úhoře na několika místech nařízneme (podle počtu porcí), osolíme, stočíme do ohnivzdorné mísy a zalijeme vroucím roztokem ze šťávy, utřeného česneku, pokrájené natě, mletého pepře a oleje. Asi 25 minut dusíme, pak nálev slijeme, rybu vychladíme, rozporcujeme a podáváme s bílým pečivem.

19. Televizní úhoř

1/2 kg úhoře, lžička pepře, lžička soli, 100 g kukuřičné mouky, 1,5 dcl oleje

Úhoře bez kůže pokrájíme na malé kostičky (o straně asi 1,5 cm), vydatně je osolíme, opepříme, obalíme v kukuřičné mouce a na rozpáleném oleji upražíme.

20. Úhoř pečený na pánvi

1 kg úhoře, sůl, mletý pepř, 1 citron, 20 g mouky, 40 g másla, petrželová nat'

Staženého úhoře nakrájíme na špalíčky, osolíme, opepříme, obalíme v mouce a dáme péci do mělké pánve na rozpálené máslo. Mezi pečením občas pokapeme citronovou šťávou a potíráme máslem. Dočervena upečeného úhoře upravíme na mísu, posypeme sekanou petrželkou, polijeme rozpuštěným máslem a obložíme bramborami.

21. Úhoř v marinádě

1 úhoř marináda: 1 PL másla rozpustíme, 1 KL hořčice, 4 stroužky česneku, 1 KL drceného kmínu, trochu mletého pepře, 1 KL citronové šťávy, větvičku rozmarýnu čerstvá sekaná petrželka

Staženého a vykuchaného úhoře potřeme uvedenou marinádou i uvnitř, zabalíme do alobalu a dáme přes noc uležet do ledničky. Druhý den připravíme přímo v alobalu na rožni, nebo dáme péci do rozpálené trouby v kastrolu i s alobalem. Mírně podléváme a potíráme máslem. Nebo můžeme připravit na plotně na pánvičce, posekaný na díly asi 7 cm. Hotové porce sypeme čerstvou petrželkou

22. Úhoř na česneku

1000g úhoře, 2 hlavičky česneku, 1/2 citronu, 1 svazek petrželky, 50 ml octa 80%, 200 ml oleje, voda k podlití, černý mletý pepř, sůl.

Úhoře očistíme, opereme, osušíme a na několika místech příčně nařízneme. Vložíme do zapékačké mísy a zalijeme připravenou zálivkou.

Zálivka: česnek a petrželku jemně pokrájíme, 1/2 citronu pokrájíme i s kůrou, přidáme ocet, osolíme, opepříme a přidáme olej. Takto připravenou zapékačké mísu vložíme do vyhřáté trouby, podlijeme trochou vody a pečeme dobře 40 min. na 220 st. C. Podáváme za studena s chlebem.

23. Úhoř po Belgicku

800 g úhoře, 100 g másla, 50 g hladké mouky, 200 ml smetany ke šlehání, 2-3 žloutky, 1citrón, 2 malé cibule, bobkový list, celý pepř, sůl, šťovík, kerblík, estragon, kopr.

Očištěného úhoře nakrájíme na čtyři stejné porce. Svaříme vodu s celým kořením, solí a přidáme šťávu z 1/2 citrónu. Přidáme oloupanou celou cibuli a porce úhoře, vaříme zvolna asi 15 minut. Koření s cibulí a porce úhoře vyjmeme a do vzniklého vývaru přidáme nasekané bylinky, povaříme a zahustíme světlou jíškou z másla a mouky. Ve smetaně rozkvedláme žloutky a touto zjemníme zahoustlou omáčku. Povaříme, dochutíme. Porce úhoře na talíři zdobíme vzniklou omáčkou a snítkami bylinek. Podáváme s vařeným bramborem a zeleninovými saláty.

24. Pečený úhoř s pórkem a olivami a la Martégale

750 g vykuchaného staženého úhoře, 300 g pórku, 4 lžíce nasekané petrželové natě, 4 jemně usekané stroužky česneku, hrst černých oliv bez pecek, 0,2 l přírodního vína, strouhanka, 50 g másla

Pórky nakrájíme na tenká kolečka a pokryjeme jimi dno zapékačké misky vymaštěné máslem. Posypeme petrželkou a česnekem, přidáme olivy a zalijeme vínem. Pak do zapékačké misky vložíme úhoře, posypeme strouhankou a pomalu pečeme asi 1 hodinu – podle tloušťky úhoře.

25. Úhoř po italsku

1 kg úhoře, sůl, pepř, 100 g mrkve, 4 celé pepře, ½ l bílého vína, 1 vejce, 1 lžička oleje, strouhanka na obalení, 200 g oleje na smažení, petrželová nať

Staženého úhoře nakrájíme na kousky, osolíme a dáme do kastrolu na nakrájenou mrkev s pepřem. Zalijeme vínem a vaříme asi ¼ hodiny těsně při bodu varu (táhneme). Když maso změkne, vyjmeme je a necháme odkapat. Zatím rozšleháme na talíři vejce se solí, pepřem a olejem a úhoře do něj namočíme. Obalíme ve strouhance a smažíme dočervena na horkém oleji. Urovnáme na mísu a zdobíme petrželovou natí. Podáváme s bílou houskou.

26. Smažený úhoř

1 kg úhoře, sůl, citrónová šťáva, 30 g hladké mouky, 2 vejce, strouhanka, tuk na smažení, 80 g másla

Úhoře čistě omyjeme a osušíme utěrkou. Menší úhoře upravujeme i s kůží, větší stahujeme. Úhoř těžší než 1 kg se nehodí ke smažení, je příliš tučný. Úhoře nakrájíme napříč na porce, dáme na mísu, osolíme a pokapeme citrónovou šťávou. Necháme v chladnu asi hodinu odležet. Pak jej otřeme, přisolíme, poprášíme hladkou moukou, smočíme v rozšlehaném vejci, obalíme ve strouhance a smažíme zvolna na sádle nebo převařené másle dorůžova po obou stranách tak, aby byl i uprostřed usmažený (bílý). Pak jej dáme na vyhřátou mísu, obložíme novými brambory, polijeme máslem z rendlíku a podáváme s hlávkovým nebo okurkovým salátem, případě strouhaným křenem.

27. Stáčené úhoří řezy

1 kg úhoře, sůl, mletý pepř, 1 citrón, 70 g másla, 20 g sardelového másla, majonéza

Úhoře vykucháme, zbavíme ploutví a dobře omyjeme. Nakrájíme po délce na čtyři díly, osolíme, opepříme, zakapeme citrónem a necháme dvě hodiny odležet. Pekáč vymastíme máslem, vysypeme strouhanou houskou a vyrovnáme do něj svinuté dílky úhoře – stočené a propíchnuté špejlí jako klobásu. Úhoře pečeme 10 – 20 minut doměkka za občasného pokapání citrónovou šťávou. Můžeme přidat sardelové máslo. Vychladlé porce podáváme s chlebem a majonézou

28. Úhoř po římsku

500 g úhoře, 4 lžíce oleje, 1 cibule nakrájená na plátky, 200 g čerstvého hrášku, 4 oloupaná rajčata, sůl, pepř, 1 lžíce nasekané petrželové natě, 0,1 l bílého vína

Vykuchaného, z kůže staženého, očištěného úhoře nakrájíme napříč na 4 kusy. Cibuli necháme mírně zhnědnout na oleji, přidáme k ní hrášek, rajčata a úhoře. Osolíme, opepříme, přidáme nasekanou petrželku, popřípadě víno a dusíme asi 15 minut, až je úhoř měkký. Podáváme horké.

29. Pečený úhoř na žampiónech

Úhoř, sterilované žampióny, brambory, sůl, hladká mouka, koření Tandoori Masala, olej, provensálské koření

Úhoře řádně očistíme, prosolíme a obalíme v mouce smíchané s kořením Tandori Masala. Prudce osmažíme na pánvičce s obou stran. Na vymaštěný plech dáme polo uvařené brambory nakrájené na kolečka. Brambory osolíme a posypeme provensálským kořením. Na brambory dáme sterilované žampióny a na ně opečeného úhoře. Vše dáme do rozpálené trouby zapéct asi na 40 minut.

30. Úhoř na kmíně

600 g úhoře, citron, 80 g másla, kmín, 2 lžíce petrželky,

Úhoře omyjeme pod studenou vodou a osušíme. Podle potřeby ho můžeme začistit. Úhoře upravíme do pekáčku, osolíme, okmínujeme, zakapeme citronovou šťávou a poklademe plátky másla. Pečeme v dobře vyhřáté troubě doměkka. Hotového úhoře na kmínu podáváme zdobeného plátkem citronu a silně zasypaného jemně sekanou petrželkou.

31. Úhoř po pstružském způsobu

1 úhoř, 1,5 dcl vinného octa, sůl, olej, petrželka

Úhoře stáhneme, vykucháme a nakrojíme na několika místech na porce, ale tak, aby zůstal celý. Úhoře stočíme do kruhu. Vložíme do pekáče, osolíme a do zářezů vložíme po 1 - 2 stroužcích česneku. Úhoře po pstružském způsobu polijeme olejem a trochou vody a dáme péci do trouby. Když se úhoř opeče, olej scedíme a rybu zalijeme směsí octa a oleje s nasekanou petrželovou natí a česnekem. Pak jej vrátíme do trouby, aby se dopekl.

32. Úhoř na červeném víně

4 porce úhoře 1 cibule, 120 g žampionů, 2 dcl červeného vína, olej, 1 citron, sůl, pepř

Cibuli nakrájíme na kolečka, žampiony na plátky a opečeme na oleji. Přidáme porce úhoře, pepř, sůl, víno a dusíme v troubě doměkka. Podáváme s rýží.

33. Ragú z úhoře

600 g úhoře, několik zrnek nového koření a pepře, sůl, voda, 30 g másla, 30 g hladké mouky, 1 dcl bílého vína, 50 g žampionů, 50 g květáku, 50 g sterilovaného hrášku, 2 dcl smetany, 1 žloutek, petrželka. Knedlíčky: 30 g tuku, 1 vejce, sůl, pepř, muškátový květ, 1 žemle, strouhanka dle potřeby

Staženého úhoře nakrájíme na kousky a ve slané vodě s kořením uvaříme spolu s houskovými knedlíčky. Knedlíčky připravíme tak, že tuk smícháme s vejcem, osolíme, přidáme špetku muškátového květu, pepř, žemli předem namočenou ve vodě a zahustíme strouhankou. Utvoříme malé kulaté knedlíčky, které uvaříme v rybím vývaru. Z másla a mouky připravíme světlou jíšku. Zředíme ji vínem, přidáme oloupané, na plátky nakrájené žampiony, květák a procezený vývar z úhoře. Povaříme, vmícháme smetanu, ve které je rozkvedlaný žloutek. Nakonec přidáme sterilovaný hrášek. Zahřejeme, ale už nevaříme. Do omáčky dáme také prohřát porce úhoře a knedlíčky. Podáváme s rýží.

34. Marinovaný úhoř

1 menší úhoř, 1 stroužek česneku, 2 bobkové listy, 1½ dcl oleje, ocet, pepř, sůl

Staženého úhoře stočíme do zapékací misky, osolíme, opepříme, přidáme rozetřený česnek, bobkový list, ocet, olej a dusíme doměkka. Úhoře necháme vychladnout a uložíme na dva až čtyři dny do lednice.

35. Lečo z úhoře

600 g úhoře, sůl, 1 cibule, 60 g oleje, 250 g rajčat, 200 g paprik, 1 lžíce rajčatového protlaku, stroužek česneku, 4 vejce, pepř

Staženého úhoře nakrájíme na kousky, osolíme a opečeme na cibuli zpěněné na oleji. Přidáme na nudličky nakrájené papriky a na plátky nakrájená oloupaná rajčata, lžici protlaku a rozetřený stroužek česneku se solí. Opeříme a dusíme doměkka. Vejce upečeme jako volská oka a položíme na hotové, na talíři připravené lečo. Podáváme s chlebem.

36. Úhoř s křenem

600 g úhoře, 60 g másla, 1 cibule, ¼ lžičky kari, sůl, lžíce strouhaného křenu, lžíce rajčatového protlaku, strouhanka

Kastrol vymažeme máslem a vysypeme strouhankou. Úhoře nakrájíme na kousky, osolíme a dáme do kastrolu. Přidáme nadrobno nakrájenou cibuli, nastrouhaný křen, kari a protlak. Vše posypeme strouhankou a poklademe vločkami másla. Dusíme až je ryba měkká. Podáváme s brambory.

37. Šašlik z úhoře

600 g úhoře, sůl, 2 citrony, 2 cibule, 1 paprika, 3 rajčata, olej, pepř

Staženého úhoře nakrájíme na kousky a osolíme. Střídavě na jehly nebo špejle kousky úhoře, plátky citronu, plátky papriky a rajče. Hotové špízy opeříme a opékáme na grilu nebo v oleji na pánvi. Podáváme s brambory a zeleninovým salátem.

38. Úhoř v pivním těstě

600 g úhoře, citronová šťáva, sůl, 100 g hladké mouky, ½ l piva, 1 vejce, 1 lžíce oleje, stoprocentní tuk na smažení

Staženého úhoře krájíme na šikmé plátky. Ty potom osolíme a pokapeme citronem. Z mouky, vajec, piva a oleje rozmícháme těsto, ve kterém obalujeme úhoře a vkládáme je do rozehrátého tuku. Smažíme dozlatova a podáváme se saláty.

39. Grapefruity s úhořem

2 grapefruity, 200 g vařeného úhoře, 200 g majolky, 1 lžíce rajčatového protlaku, sůl, 1 rajče, moučkový cukr, petrželka

Maso z vařeného úhoře nadrobno rozsekáme a smícháme s majolkou a rajčatovým protlakem. Podle chuti přisolíme. Grapefruity příčně rozkrojíme na půlky, opatrně vyjmemme jednotlivé dílky, odblaníme a zbavíme jader. Obalíme je v moučkovém cukru a naplníme zpět do grapefruitové kůry. Navrch dáme majolkovou směs s masem a ozdobíme rajčetem a petrželkou. Podáváme dobře vychlazené.

40. Úhoř po finsku

800 g úhoře, 40 g másla, 2 citrony, 4 rajčata, sůl, pepř

Na máslem potřené listy alobalu dáme plátky citronu bez jader, plátky rajčat a osolené a opepřené porce úhoře. Dobře zabalíme a pečeme na roštu nebo v troubě.

CANDÁT

- | | | | |
|---------------------------------------|----------|---|----------|
| 1. Candát v bílém víně | str. 115 | 31. Candát s brokolicí | str. 121 |
| 2. Candát po Chorvatsku | str. 115 | 32. Candát na ananasu | str. 121 |
| 3. Candát po italsku | str. 115 | 33. Candát narychlo | str. 121 |
| 4. Candát po Maďarsku | str. 115 | 34. Candát v pivním těstíčku s perníkem | str. 121 |
| 5. Candát v dietní úpravě | str. 115 | 35. Candát po vídeňsku | str. 122 |
| 6. Candát s hříby a rajčaty | str. 116 | 36. Candát s fiky a slaninou | str. 122 |
| 7. Candát vařený s křenem | str. 116 | 37. Candát na ruský způsob | str. 122 |
| 8. Candát po Sedmihradsku | str. 116 | 38. Candát na kmíně | str. 122 |
| 9. Nadívaný candát | str. 116 | 39. Candát s chřestem | str. 122 |
| 10. Candát po selsku | str. 117 | 40. Candát s asijským pestem | str. 123 |
| 11. Svatební candát | str. 117 | 41. Candát na žampionech | str. 123 |
| 12. Candát s cibulovou omáčkou | str. 117 | 42. Candát na zelenině | str. 123 |
| 13. Frymburské candátí medailonky | str. 117 | 43. Candát pečený v soli | str. 123 |
| 14. Candát plněný houbami | str. 117 | 44. Zapékaný candát | str. 124 |
| 15. Candát v zelené uniformě | str. 118 | 45. Candátí perkelt | str. 124 |
| 16. Candát v županu | str. 118 | 46. Závitky z candáta | str. 124 |
| 17. Candát v zelenině | str. 118 | 47. Candát s česnekovou majonézou | str. 124 |
| 18. Filety z candáta s bramborem | str. 118 | 48. Candát s ořechy | str. 125 |
| 19. Plněný candát | str. 118 | 49. Candát s křenem | str. 125 |
| 20. Candát po moskevsku | str. 119 | 50. Candát mornay | str. 125 |
| 21. Candát v parmazánové krustě | str. 119 | 51. Candát vařený s hořčicovou omáčkou | str. 125 |
| 22. Candát s rajčaty | str. 119 | 52. Candát na bílém víně | str. 125 |
| 23. Candát na červeném víně | str. 119 | 53. Candát po sicilsku | str. 126 |
| 24. Candát se slaninou a sýrovkou | str. 119 | 54. Candát plněný houbami | str. 126 |
| 25. Candát s rokforovou omáčkou | str. 120 | | |
| 26. Vařený candát s pikantní omáčkou | str. 120 | | |
| 27. Candát se žampiony | str. 120 | | |
| 28. Gratinovaný candát po francouzsku | str. 120 | | |
| 29. Candát s fenyklem | str. 120 | | |
| 30. Candát s kedlubny | str. 121 | | |

1. Candát v bílém víně

Candát, máslo, bílé víno, hladká mouka, citrón, sůl

Půlky staženého a vykostěného candáta osolíme, vložíme do máslem vymazaného kastrolu a zalijeme polovinou vody a polovinou bílého vína. Na plotně přivedeme do varu. Pak rybu přikryjeme promaštěným pergamenovým papírem, dáme do trouby a dusíme do měkka. Podušenou rybu upravíme na mísu, šťávu zahustíme máslem a moukou a mícháme do zhoustnutí. Do hotové omáčky přidáme ještě 1 až 2 dkg másla, citrónovou šťávu a nalijeme na rybu.

2. Candát po Chorvatsku

5 porcí candáta, 80 g másla, 2 bobkové listy, 5 pepřů, 2 cibule, petrželová a celerová nať, pažitka, sůl

Cibuli nakrájíme na kolečka a vaříme s kořením asi 10 minut v malém množství vody. Přidáme candáta a povaříme. Měkké porce rozdělíme na talíře a podáváme s vařenými brambory a bylinkovým máslem. Bylinkové máslo : máslo utřeme do pěny s usekanými natěmi a tvoříme z něj ozdobné válečky nebo kuličky.

3. Candát po italsku

6 porcí candáta, 400 g rajčat, 5 lžic oleje, cibule, lžíce kaparů, 100 g celeru, 2 hřebíčky, zelená petržel , sůl

Candáta stáhneme a vykostíme, osolíme, narovnáme do ohnivzdorné misky. Na oleji krátce zpěníme cibuli, přidáme nakrájená rajčata, koření a sůl. Dusíme, dokud se směs nerozduší na kaši, pak přidáme jemně nastrohaný celer a usekané kapary. Směs navršíme na rybu a zvolna zapékáme 20 minut. Hotový pokrm posypeme nakrájenou petrželí a podáváme s bramborem.

4. Candát po Maďarsku

4 porce candáta po 200 g, 2 žloutky, 3 dl kyselá smetana, citrón, 3/4 l vývaru z hlavy, ploutví a ocasu, 100 g kořenové zeleniny, 3 lžíce mleté sladké papriky, sůl

Naporcovanou rybu osolíme, posypeme mletou paprikou, vložíme do hluboké pánve, podlijeme procezeným vývarem z ryby, zeleniny a koření a dusíme na mírném ohni do měkka. Podle potřeby podléváme vývarem. Podušené porce urovnáme na mísu, do šťávy zamícháme smetanu s rozkvedlanými žloutky a citrónovou šťávou. Za stálého míchání přivedeme téměř k varu, ale nevaříme. Hotovou šťávu scedíme a lijeme na porce candáta. Podáváme s brambory.

5. Candát v dietní úpravě

4 porce candáta, 3 kolečka cibule, citrón, 100 g kořenové zeleniny, máslo, zelená petržel, sůl

Porce osolíme, naskládáme do rendlíku, přidáme kolečka cibule, nastrohanou kořenovou zeleninu a na mírném ohni vaříme asi 8 minut. V průběhu vaření kontrolujeme, aby se ryba nerozvařila. Měkké ryby rozdělíme na jednotlivé talíře, pokapeme je máslem a posypeme sekanou petrželkou.

6. Candát s hříby a rajčaty

4 porce candáta po 200 g, olej, 5 větších hřibů, 5 rajčat, lusk zelené papriky, stroužek česneku, kmín, zelená petržel, sůl

Vykostěné porce opečeme z obou stran na rozpáleném oleji, po opečení dolijeme olej, přidáme na plátky nakrájené houby s kmínem, na nudličky nakrájenou papriku a nakonec v horké vodě spařená, oloupaná rajčata. Do základu vrátíme opečené porce candáta, přidáme jemně nakrájenou zelenou petržel, česnek utřený se solí a vše prohřejeme. Podáváme s vařenými maštěnými brambory.

7. Candát vařený s křenem

4 porce candáta asi po 200 g, citrónová šťáva, 2 lžíce octa, cibule, bobkový list, 8 zrn pepře, 4 zrna nového koření, špetka tymiánu, 3 lžíce nastrouhaného křenu, 80 g másla, zelená petržel, sůl

Porce osolíme, pokapeme citrónovou šťávou a necháme asi hodinu odležet. Do hrnce nalijeme 2 litry vody, přidáme ocet, sůl, koření a zvolna vaříme asi 15 minut. Do vývaru vložíme porce candáta, přivedeme rychle k varu, stáhneme oheň a zvolna vaříme asi 15 minut. Měkké maso vyjmeme, rozdělíme na talíře a porce přelijeme 2 lžícemi vývaru. Pak posypeme rybu nastrouhaným křenem, přelijeme rozehřátým máslem, ozdobíme zelenou petrželí a podáváme s vařenými brambory pokapanými máslem.

8. Candát po Sedmihradsku

750 g candáta, 100 g slaniny, 250 g žampionů, 40 g másla, 30 g hladké mouky, 70 g nastrouhaného tvrdého sýra, mletý pepř, strouhaná houska, sůl

Slaninu pokrájíme na drobné kostičky, částečně ji na pánvi rozškvaříme, přidáme plátky očištěných žampionů, osolíme, opepříme a vše podusíme. Z porcí stáhneme kůži, dobře vykostíme a maso nakrájíme na plátky. Polovinu masa narovnáme do ohnivzdorné misky, na rybu naklademe podušené žampióny bez vypečené šťávy a pak vložíme další vrstvu rybího masa. Do šťávy z podušených žampiónů přidáme mouku, povaříme a vzniklou omáčkou přelijeme v misce porce candáta. Povrch posypeme strouhanou houskou, silnou vrstvou nastrouhaného sýra a vločkami zbylého másla. Pokrm nakonec zapečeme v předehřáté troubě a podáváme s vařenými brambory a sterilovanou zeleninou.

9. Nadívaný candát

1,5 kg candáta, 3 citróny, 50 g kořenové petržele, 50 g cibule, pepř, sůl, 50 g slaniny, lžíce máslové jíšky, 2 dcl hovězího vývaru, nádivka : 400 g candátího masa, játra z candáta, 50 g másla, 2 žloutky, 50 g strouhanky, 50 g strouhaného ementálu, snítka petrželové natě, špetka muškátu, špetka pepře, sůl

Celého candáta (bez žaber) 10 hodin marinujeme ve vodou rozředěné citrónové šťávě ze 3 citrónů se solí, pepřem, strouhankou, cibulí a petrželí. Pak osušenou rybu vyplníme nádivkou, sešijeme, uložíme na pekáč, obložíme plátky slaniny a za občasného podlévání vývarem, který jsme zahustili jíškou, upečeme. Příprava nádivky : syrové maso bez kůže a kostí umeleme a smícháme s ostatními surovinami pro její přípravu.

10. Candát po selsku

Candát, 2 cibule, 100 g slaniny, 2 papriky, 2 rajčata, mletá sladká paprika

Na pánvi vyškvaříme drobně nakrájenou slaninu a necháme na ní do zlatova osmažit nakrájenou cibuli. Vše obarvíme mletou paprikou, zalijeme asi půl litrem vody, pak přecedíme na porce candáta, přidáme nakrájené papriky a rajčata a dusíme do měkka. Přílohou mohou být makaróny.

11. Svatební candát

Candát, 50 g strouhanky, 5 dcl oleje, citrón, 2 lžice citrónové šťávy, rajče, čerstvý salát, 2 kompotované višně, 5 krajíčků chleba, 100 g sádla, sůl

Vykuchanou rybu necháme celou, pouze odstraníme oči. Hřbet několikrát nařízneme až k páteři, tlamu rozevřeme a zajistíme párátkem. Dobře osolíme a necháme hodinu v chladu. Pak candáta obalíme ve strouhance, ocas přitáhneme nití k hlavě, aby vytvořil oblouk a zvolna smažíme v takovém množství oleje, aby byla ryba do poloviny potopena. Nejdřív smažíme hřbetní, potom břišní část. Odstraníme nit a párátko z tlamy, do tlamy vložíme rajče, do očních důlků kompotované višně. Na mísu poskládáme salátové listy, pokapeme citrónovou šťávou, na ně položíme rybu, do hřbetních zářezů vložíme poloviny koleček citrónů a vše obložíme posolenými topinkami.

12. Candát s cibulovou omáčkou

800 g candáta, 200 g červené cibule, 50 g sádla, 1 dcl smetany, lžice citrónové šťávy, lžice hladké mouky, pepř, sůl

Porce ryby osolíme, opepříme a osmahneme na sádle. Zasypeme strouhanou cibulí a za občasného podlévání masovým vývarem nebo vodou dusíme 20 minut. Maso opatrně urovnáme na mísu, mouku rozmícháme ve smetaně, přidáme citrónovou šťávu, vše přilijeme k cibuli a za stálého míchání krátce povaříme. Pak přes síto nalijeme omáčku na rybu.

13. Frymburské candátí medailonky

600 g candáta, cayenský pepř, sůl, 200 g másla, 200 g žampionů, 2 dcl sladké smetany, lžice hladké mouky

Z vykostěného a staženého candáta nařežeme malé medailonky, ty osolíme, opepříme a po obou stranách prudce opečeme na másle. Medailonky vybereme, do másla přidáme pokrájené a osolené žampiony a osmahneme je. Pak přidáme smetanu zakvedlanou s moukou a krátce povaříme. S touto omáčkou pak medailonky podáváme.

14. Candát plněný houbami

Candát, 400 g hub, snítka petrželky, špetka muškátového oříšku, sůl, 1/2 l oleje, 50 g másla

Na rozpuštěném másle 3 minuty restujeme pokrájené a osolené houby. Candáta osolíme, naplníme houbami, posypeme sekanou natí, zabalíme do alobalu a 25 minut pečeme.

15. Candát v zelené uniformě

4 malí candáti, 50 g strouhanky z dietních sucharů, 50 g petrželové natě, 30 g naťového česneku, několik lístků rozmarýnu, několik lístků šalvěje, 1 dcl oleje, půl lžičky pepře, 1/2 dcl citrónové šťávy, máslo

Strouhanku smícháme s umletými bylinkami a česnekem. Olej rozmixujeme s citrónovou šťávou na emulzi. Candáty osolíme, opepříme, mašlovačkou emulzí natřeme a obalíme bylinkovou směsí se strouhankou. Uložíme do máslem vymaštěného pekáčku, zasypeme zbytkem bylinkové směsi a upečeme.

16. Candát v županu

300 g candáta, sůl, lžička citrónové šťávy, lžíce bylinek (petržel, mladé fialkové a kopřivové lístky), 100 g hladké mouky, vrchovatá lžička ovesných vloček, 2 dcl smetany, 1 vejce, olej

Rybu osolíme, pokapeme citrónem, obalíme v těstíčku z mouky, nemletých vloček, bylinek, soli, vajíčka a smetany a osmažíme v horkém oleji.

17. Candát v zelenině

1,5 kg candát, citrón, 350 g pórku, 3/4 kg brambor, 1/4 kg celeru, 300 g rajčat, sůl, pepř, estragon, 1 dcl bílého vína

Z citrónu odkrojíme 3 kolečka a zbytkem pokapeme osušeného candáta, osolíme a do candáta vložíme kousek estragonové snítky. Pórek nakrájíme na kolečka, brambory na hranolky, celer nahrubo nastroháme. Rybu dáme do větší remosky, obložíme zeleninou, osolíme a opepříme, zalijeme vínem rozředěným trochou vody a 25 minut pečeme, pak přidáme pokrájená rajčata bez měkkých středů a pečeme dalších 10 minut. Ozdobíme kolečky citrónu, posypeme estragonem a podáváme s bílým pečivem.

18. Filety z candáta s bramborem

800 g filetů z candáta, 1 lžička sladké papriky, ¼ lžičky bílého pepře, 800 g brambor, 2 lžíce oleje, 3 lžíce másla, sůl, trochu hladké mouky, 4 osminky citronu

Filety opláchneme a osušíme. Poprašte je ze všech stran paprikou a pepřem. Brambory oloupejte, nakrájejte na centimetrové kostky, omyjte a osušte. Olej zahřejte při mírné teplotě, přidejte brambory, osolte a pod poklicí nechte 10 minut měknout. Přidejte 1 lžici másla, brambory nechte odkryté zezlátnout, občas opatrně obračejte. Rozpusťte 2 lžíce másla v pánvičce. Filety obalte v mouce, oklepejte a kůží dolů vložte na pánev. Opečte je z obou stran, osolte a ozdobte osminkami citronu. Podávejte s bramborem.

19. Plněný candát

Candát, bílý pepř, cibule, ½ rohlíku, šálek teplého mléka, 100 g mandlí, vlašské ořechy, 1 žloutek, citron, sůl, muškátový oříšek, kopr, rybí vývar

Rybu ze všech stran i ze vnitř osolíme a potřeme nasekanou cibulí. Mezitím si připravíme nádivku – rohlík namočíme v mléce a vymačkáme. Vymačkaný rohlík smícháme s mandlemi, vlašskými ořechy, žloutkem, koprem a citrónovou šťávou. Opepříme, osolíme, přidáme špetku muškátového oříšku. Rybu naplníme a zabalíme do alobalu a pečeme v troubě při 180-ti stupních cca 20 až 30 minut. Podáváme s pečenými brambory.

20. Candát po moskevsku

4 filátka z candáta, lososový kaviár (můžeme nahradit jikrami), hladká mouka, sůl, kmín, smetana na bešamel, máslo, rostlinný olej, pražené mandle nebo lupínky, brambory, petrželka

Dáme vařit brambory. Smícháme mouku se solí a kmínem, v tom lehce obalíme osušená filátka z candáta, na pánvi opečeme. Mezitím připravíme bešamel. Do bešamelu přidáme kaviár. Upečeného candáta a uvařené brambory dáme na talíř, bešamelem polijeme rybu a brambory ozdobíme petrželkou. Hotový pokrm posypeme opraženými mandlemi.

21. Candát v parmazánové krustě

4 filety z candáta, olivový olej, 1 česnek, hrubá mouka, sůl, bílý pepř, bazalka, sušená rajčata, 150 g parmezánu, čtvrtku chleba, 1 bagetu

Filé položíme na pekáček, osolíme, opepříme, pokapeme olivovým olejem, dáme na ně nasekaná sušená rajčata, znovu pokapeme olivovým olejem a dáme péct do trouby na 180 stupňů 20 minut. V mixéru rozmixujeme vnitřek chleba s parmezánem a čerstvou bazalkou. Dáme na candáta, 3 minuty grilujeme, vyndáme, posypeme česnekem a ještě v troubě zatáhneme.

22. Candát s rajčaty

4 porce z candáta, rajčata, vývar, hladká mouka, máslo, kmín, pažitka

Nejprve si předem nasolíme porce candáta a necháme odležet. Potom dáme vařit nové brambory. Rajčata rozkrájíme na čtvrtky nebo osminky. Ochutíme je vývarem v prášku a na mírném ohni podusíme. Nasolené porce candáta obalíme v hladké mouce a pečeme v pánvičce na másle s kmínem. (položít nejprve kůží nahoru)

23. Candát na červeném víně

800 g candáta, 60 g másla, 1 cibule, 1 dcl červeného vína, 2 dcl smetany, tymián, sůl, limetka pórek

Candáta nakrájíme na porce, opepříme, osolíme, pokapeme limetkou. V pekáči rozpustíme máslo, přidáme na kolečka nakrájenou cibuli a pórek. Mírně osmahneme. Do tohoto základu vložíme candáta, podlijeme vínem, přelijeme smetanou, posypeme špetkou tymiánu a pečeme v troubě. Podáváme s opečeným bramborem.

24. Candát se slaninou a sýrovkou

Celý candát, sušené švestky, 8 plátků anglické slaniny, 200 g sýru rokfór, 2 feferonky, 1 pórek, 200 ml smetany, 3 brambory, sůl, pepř, 1 cibule, kopr, olej

Z candáta připravíme dlouhá filátka, která posolíme, opepříme a necháme odležet. Mezitím si z pórků nakrájíme pásy, které spaříme ve vroucí vodě a pak je necháme ve studené vodě zatáhnout. Na filátka klademe slaninu, kopr a švestku, vše zavineme, spícháme jehlami a ovážeme pásy z pórků. Vložíme do pekáčku s trochou oleje a na plátky nakrájenými brambory. Dáme péct do trouby na 160°C asi na patnáct až dvacet minut. Pokrájenou cibulku a feferonku orestujeme, přidáme nastrouhaný sýr, necháme povolit a zalijeme smetanou. Povaříme a ochutíme solí a pepřem. Hotové závitky přeléváme omáčkou a podáváme s opečenými plátky brambor.

25. Candát s rokfórovou omáčkou

600 g candáta, 6 ks švestek, 100 g anglické slaniny, 150 g rokfóru, 1 feferonka, 2 dcl smetany, brambory, olej

Candáta osolíme, opepříme, obalíme v hl. mouce a pozvolna na oleji usmažíme. Pak si rozpustíme rokfór se smetanou, přidáme feferonku, trochu rozmarýnu a lehce provaříme. Švestky obalíme slaninou a upečeme. Podáváme se zámeckými brambory.

26. Vařený candát s pikantní omáčkou

4 porce candáta, 1 dcl bílého vína, 4 dcl vody, 100 g majolky, 1 jablko, kořenová zelenina, sůl, jogurt, citronová šťáva, cukr, worcesterová omáčka.

Očištěného candáta uvaříme v osolené a vínem ochucené vodě spolu s kořenovou zeleninou. Omáčka – do majonézy najemno nastrouháme jablko, přidáme 2 lžíce jogurtu, a to vše rozšleháme a ochutíme solí, citronovou šťávou, cukrem a worcesterem. Omáčkou poléváme porce ryby.

27. Candát se žampiony

600 g candáta, 200 g žampionů, sůl, pepř, 100 ml bílého vína, hladká mouka, 2 žloutky, 50 g másla, 200 g sterilovaného hrášku

Do rendlíku vložíme porce candáta a plátky žampionů, osolíme, opepříme, zalijeme bílým vínem, přidáme trochu vody a vaříme na mírném ohni asi 15 minut. Pokud je potřeba přidáváme po troškách horkou vodu. Šťávu z ryb slijeme, zaprášíme moukou a povaříme asi 5 minut. Nakonec přidáme žloutky utřené s máslem, promícháme, ale již nevaříme. Na talíři rybu obložíme hráškem.

28. Gratinovaný candát po francouzsku

1 candát cca 1 – 1,5 kg, 200 g zeleniny (póre, květák, mrkev), 100 g strouhaného sýra, 60 g sardelové pasty, 50 g másla, sůl, strouhanka

Candáta rozpůlíme. Z jedné poloviny stáhneme kůži, pokud možno vykostíme a maso umeleme se zeleninou a smícháme se strouhaným sýrem, trochu sýra necháme na posypání povrchu. Přidáme sardelové maslo a osolíme. Ze zbylé poloviny nakrájíme porce a osolíme. Kastrol dobře vymastíme máslem, na dno dáme polovinu kašoviny, na ni urovnáme porce candáta a navrch zase zbylou kašovinu. Posypeme strouhankou smíchanou se strouhaným sýrem a pokapeme máslem. Pečeme v troubě do zlatova a podáváme s různými omáčkami.

29. Candát s fenyklem

3 fenykly, 3 cibule, 1 pomeranč, 600 g filetů z candáta, sůl, pepř, 2 lžíce olivového oleje, 1 pórková cibule, 2 sáčky šafránových blizen (0,2 g), 1 lžička lístků tymiánu

Fenykl šikmo nakrájíme na nudličky. Cibuli podélně rozkrájíme na dílky. Pomeranč důkladně omyjeme, ostrouháme z něho asi 2 lžičky kůry a vymačkáme šťávu. Rybu rozporcujeme, osolíme a opepříme, potřeme 1 lžící oleje. Pórkovou cibulku včetně natě nakrájíme na nudličky. Cibuli a fenykl za stálého míchání osmahneme na 1 lžici oleje. Vmícháme šafrán, sůl, pepř, tymián, pomerančovou kůru a šťávu a opékáme dalších 5 min. Rybu grilujeme na rozpálené grilovací pánvi po každé straně 3 min. Pak ji poklademe na zeleninu a posypeme nudličkami pórkové cibulky. **1,20**

30. Candát s kedlubny

4 filety z candáta (po 160 g), šťáva z 1/2 citronu, sůl, pepř, 400 g kedlubnů, 2 lžíce másla, 125 ml bílého vína, 300 ml zeleninového vývaru (z kostky), 1 lžíce solamylu, 3 lžíce suchého vermutu, 100 g zakysané smetany, 2 lžíce řeřichy

Rybí filety omyjeme, osušíme a pokapeme citronovou šťávou. Osolíme a opeříme. Kedlubny oloupeme, pokrájíme na kostičky a osmahneme na 1 lžici másla. Zalijeme vínem a podusíme. Přilijeme vývar, osolíme a opeříme. Pod poklicí dusíme asi 5 min. Solamyl rozmícháme v 1 lžici vody. Přidáme ke kedlubnům a necháme přejít varem. Vmícháme vermut nebo zakysanou smetanu. Rozehřejeme 1 lžici másla a candáta na něm opékáme z obou stran asi 2 min. Kedlubny rozdělíme na talíře, na ně položíme rybu a vše posypeme řeřichou.

31. Candát s brokolicí

800 g masa z candáta, šťáva z 1 citronu, sůl, pepř, 1 lžička másla, 100 ml bílého vína, 400 g brokolice, 50 g piniových oříšků, nebo mandlí, 100 g strouhaného gruyerského sýra, 1 žlutá paprika, 200 ml smetany

Rybu omyjeme pod tekoucí vodou, osušíme a rozkrájíme na 4 porce. Pokapeme je citronovou šťávou, osolíme a opeříme. Zapékací formu vy mastíme, vložíme rybu a zalijeme vínem. Troubu předehřejeme na 200 °C. Brokolici očistíme, omyjeme a povaříme ve vroucí osolené vodě. Necháme okapat a pokrájíme, vmícháme piniové oříšky. Brokolici rozdělíme na candáta. Posypeme sýrem a pečeme asi 20 min. Udržujeme teplé. Šťávu z candáta slijeme do pánve. Papriku očistíme a pokrájíme na kostičky. Přidáme do šťávy, přilijeme smetanu a povaříme asi 5 min. Pak omáčku rozmixujeme, osolíme a opeříme a podáváme k rybě s bagetou nebo salátem.

32. Candát na ananasu

4 porce candáta, 1 ananasový kompot, 250 ml smetany, olej, hladká mouka, 100 g másla, sůl, pepř, kari, zelená petrželka.

Candáta osolíme, opeříme, okořeníme kari a obalíme v hladké mouce. Zprudka opečeme na oleji a vyjmeme. Do výpeku nalijeme smetanu, trochu ananasové šťávy a zvolna vaříme. Kostky ananasu opečeme na másle a vložíme do omáčky. Přidáme také candáta a vše lehce podusíme. Zdobíme nasekanou petrželkou.

33. Candát narychlo

Cibule, tuk, filety z candáta, rajčata, papriky, sůl, pepř, bílé víno, krevety

Na tuku zpěníme cibuli, a až zesklouatí, přidáme na kostky nakrájené filety z candáta. Poté přidáme ještě rajčata, papriky, osolíme, opeříme a podlijeme bílým vínem a nakonec přidáme krevety. Necháme chvíli dusit. Servírujeme s toustovým chlebem. Lze ještě podlít smetanou.

34. Candát v pivním těstíčku s perníkem

1,2 kg candát filet bez kůže, šťáva z jednoho citronu, 2 vejce, 150 g hladké mouky, 200 ml piva, 1 lžička perníkového koření, 0,5 l oleje, citron na ozdobu

Filetu rozporcujeme na 6 porcí a osolíme. K mouce přidáme žloutky, trochu osolíme, přilijeme pivo, pomalu přimícháme sníh ušlehaný z bílků a přidáme lžičku perníkového koření. Kousky ryby obalujeme v těstíčku a smažíme ve větším množství oleje dozlatova.

35. Candát po vídeňsku

4 x filé z candáta, každé tak 200g, 4 sardelky, mořská sůl a čerstvě namletý pepř, citronová šťáva, mouka dle potřeby, 50 g másla, 1/4 l "Creme fraiche" nebo zakysané smeteny, pažitka na drobno nastříhaná

Filety protkneme sardelkami nakrájenými na nudličky. Osolíme (málo, sardele jsou slané hodně), popepříme a pokapeme citronovou šťávou. Obalíme v mouce a po obou stranách na másle osmažíme do zlatohněda. Potom filé vložíme v jedné vrstvě do zapékací misky a zalijeme creme fraiche (nebo smetanou) kam jsme přimíchali pažitku. V horké troubě zapečeme, až smetana začne bublat. Podáváme se šťouchanými máslovými bramborami a napařenou zeleninou jako jsou mrkve, hrášek nebo fazolky.

36. Candát s fíky a slaninou

4 filety z candáta (cca 150 g kus), 100 g sušených fíků, 3 lžíce hrubozrnné francouzské hořčice, 150 g anglické slaniny, olivový olej, sůl, pepř

Sušené fíky rozkrájíme na malé kousky a smícháme s hořčicí. Filety z obou stran osolíme, opepříme a na jednu stranu nanese směs z fíků a hořčice. Obalíme anglickou slaninou a lehce (1-2 minuty) opečeme po obou stranách na velmi rozpálené pánvi (nejlépe grilovací). Necháme dodělat v troubě rozpálené na 200°C asi 10 minut.

37. Candát na ruský způsob

Candát 700 g, máslo 100 g, cibule 50 g, bobkový list, pepř celý, bílé víno 2,5 dl, žloutek 1, rajský protlak 1 lžíce, hladká mouka 1 lžíce, citron ½, kaviár 1 lžíce, smetana 5 dl, sůl

Na másle osmahneme drobně krájenou cibuli, bobkový list, pepř, přidáme osolené porce candáta a zvolna opečeme po všech stranách, zalijeme bílým vínem a podusíme. Pečeného candáta vyjmeme, základ zaprášíme moukou, osmahneme, přidáme rajčatový protlak, trochu vývaru, povaříme a procedíme. Do procezené omáčky přidáme smetanu s rozšlehaným žloutkem, prohřejeme a vložíme opečeného candáta. Při podávání jednotlivé porce zdobíme kolečkem citrónu s kaviárem.

38. Candát na kmíně

Candát 800 g, máslo 20 g, sádlo 50 g, hladká mouka, sůl

Porce ryby osolíme, okmínujeme a poprášíme moukou. Rybu pečeme v rozehřátém sádle zvolna po obou stranách doměkka. Tuk od pečení zastříkneme vodou, převaríme a zjemníme máslem. Touto šťávou přelijeme rybu na talíři. Pečeme 30 min.

39. Candát s chřestem

Candát filety 600 g, hrubá sůl, pepř mletý, hladká mouka, olivový olej, máslo 2 lžíce, bílý chřest 8 ks, zelený chřest 8 ks, sůl, cukr krupice 1 lžička, vyloupaný hrášek 150 g

Filety naporcujte, nařízněte kůži, osolte a opepřete. Lehce pomoučňte tam, kde je kůže. Orestujte na oleji z obou stran dozlatova a přidejte kousek másla. Chřesty oloupejte, odřízněte dřevnaté konce a vložte do vroucí osolené vody s troškou cukru. Krátce povařte. Hrášek vařte zvlášť asi 2 minuty, slijte a zchladte. Na másle orestujte chřest společně s hráškem. Připravte si hráškové pyrė: na másle zpěňte cibuli nasekanou na kostičky, zalijte vývarem, přidejte mražený hrášek a 3 minuty povařte. Nakonec vmíchejte smetanu, osolte, opepřete a rozmixujte. Propasírujte do hladkého krému. Na talíř servírujte nejdříve hráškové pyrė, pak chřest, hrášek a navrch položte filety candáta. Ozdobte nasucho opraženými piniovými oříšky, řebříčkem nebo petrželkou.

40. Candát s asijským pestem

Candát 400 g, bazalka 1 svazek, solené arašídny 50 g, zázvor, sezamový olej 3 lžíce, zeleninový vývar 50 ml, rýžový ocet 2 lžíce, mrkev 250 g, cukrový hrášek 200 g, sójové klíčky 100 g, sojová omáčka, sůl, pepř mletý

Z opláchnuté bazalky otrhejte lístky, arašídny nasekejte nahruho. Oloupaný zázvor nakrájejte na kostičky a spolu s lístky bazalky, arašídny, 2 lžícemi oleje a vývarem rozmixujte. Dochuťte solí, pepřem a octem. Mrkev oloupejte a nakrájejte na kousky. Lusky hrášku a klíčky omyjte a nechte dobře okapat. Rybu také opláchněte, osušte, osolte, opepřete a osmažte dokřupava na zbylém sezamovém oleji. Vyjměte, v pánvi krátce osmažte mrkev, hrášek a klíčky. Dochuťte solí, pepřem a sójovou omáčkou a spolu s pestem podávejte k rybě.

41. Candát na žampionech

4 filé z candáta bez kůže, sůl, citronová šťáva, přepuštěné máslo, 6 žampionů nakrájené na plátky, 1 dcl bílého vína, 1 dcl mléka, strouhaný sýr, studené máslo, strouhanka, oregano, tymián, pepř

Oprané a osušené filety osolíme a pokapeme citronovou šťávou a marinujeme. Marinované filety osušíme a prudce opečeme z obou stran na másle. Zapékací formu vymažeme máslem, položíme do ní filety, navrch žampióny, zalijeme směsí vína, mléka a strouhaného sýra.

Navrch dáme plátky studeného másla a posypeme strouhankou. Zapečeme v předehřáté troubě na 180°C cca. 10 minut, poté zvýšíme na horní teplotu 250°C a necháme chytit barvu.

42. Candát na zelenině

1000 g candátů, 10 mrkev, 4 petržel, celer, sůl, 10 kuličky pepř, 10 kuličky nové koření, tatarská omáčka

Ryby vykucháme a rozdělíme na porce, zeleninu očistíme a nadrobno nakrájíme. Povaříme ve slané vodě s kořením asi 10 minut, scedíme ji a ve vývaru ze zeleniny povaříme candáta. Vaříme mírným plamenem asi 10 minut, aby se nám maso nerozpadlo. Uvařené porce dáme na talíř, obložíme zeleninou a polijeme tatarskou omáčkou. Podáváme s opékanými bramborami.

43. Candát pečený v soli

1 candát, 1 kg sůl, 8 bílků, 2 lžíce mouka (polohrubá), olej (rostlinný,) alobal, citron, petrželová nať

Očištěného, vykuchaného a omytého candáta osušíme, na čistou utěrku nasypeme lžíci soli, candáta vytřeme solí z vnitřní strany a sůl rozetřeme i po povrchu. Potom opláchneme vodou a osušíme. Takto připraveného candáta odložíme na chladné místo. Bílky, lžičku soli a polohrubou mouku vymícháme téměř do pěny. Vmícháme 1 kg soli a rovněž odložíme na chladné místo. Dvojmo složený alobal potřeme rostlinným olejem, nalijeme na něj část umíchané směsi, do které vložíme připraveného candáta a zalijeme zbylou částí směsi, která musí být rovnoměrně rozvrstvena. Alobal uzavřeme, vložíme do vymaštěného pekáče a pečeme 30 minut. Potom alobal rozevřeme a pečeme ještě 20 minut. Před podáváním slaný obal odstraníme, rybu pokapeme citronovou šťávou a posypeme petrželovou natí

44. Zapékaný candát

600 g candáta, sůl, olej, mletý pepř (bílý), 2 vejce, 200 ml smetana (na vaření), tvrdý sýr, paprika (zelená), strouhanka, petrželová nať, rajčata

Vykuchaného, očištěného a omytého candáta nakrájíme na porce, osolíme a narovnáme do vymazané zapékací mísy. Okořeníme bílým pepřem a zalijeme rozšlehanými vejci, která jsme smíchali se smetanou na vaření, strouhaným tvrdým sýrem a zelenou paprikou nakrájenou na malé kostky. Nakonec jemně posypeme strouhankou a vložíme do střeně vyhřáté trouby. Zapékáme tak dlouho, dokud maso nezměkne. Podáváme dochucené zelenou petrželovou natí, nakrájeným rajčetem a paprikou.

45. Candátí perkelt

1 kg candáta, 3 zelené papriky, 2 větší rajčata, 2 cibule, olivový olej, sladká paprika, sůl

Na oleji si dozlatova osmažíme na jemno nakrájenou cibuli. K osmažené cibuli vložíme osolené porce candáta. Přidáme sladkou papriku a nadrobno nakrájená rajčata i papriky. Vše zalijeme horkou vodou a dusíme doměkka.

46. Závitky z candáta

4 filé z candáta, citrónová šťáva, mletý pepř, 100 g cibule, citrónová kůra z poloviny citrónu, 150 g marinovaného lososa, 8 snítek kopru, 1/4 l rybího nebo hovězího vývaru, 200 g másla, trochu zelené petrželky, trochu másla na vymazání zapékací mísy, 1/2 l mléka, 5 dcl smetany, 5 lžic mouky, 200 g brokolice, 200 g mladé karotky, 1 lžička cukru, maggi harmonie chuti

Filé z candáta pokapeme citrónovou šťávou, slabě okořeníme maggi harmonií chuti, osolíme a opepříme. Posypeme nadrobno nasekanou cibulkou a poklademe plátky marinovaného lososa a snítkami kopru. Candáta stočíme do závitku, stáhneme alobalem a poskládáme do máslem vymazané zapékací mísy. Závitky přelijeme vývarem, navrch dáme kousek másla a zakryjeme pokličkou. V horké troubě dusíme asi 30 minut.

Zbylé máslo smícháme s moukou a přimícháme vývar z ryb. Povaříme 5 minut za stálého míchání, až omáčkou zhoustne a zkrémovatí. Nakonec jí zalijeme smetanou. Hotovou roládu servírujeme posypanou petrželkou a přelitou omáčkou.

47. Candát s česnekovou majonézou

750 g candáta, sůl, petrželka nebo kmín. Na majonézu: 2 žloutky, 200 g oleje, sůl, cukr, 1/2 citrónu, 5 stroužků česneku

Candáta očistíme, vykucháme a nakrájíme na porce. Osolíme, podlijeme vodou, do níž přidáme snítka petrželky nebo trochu kmínu. Candáta podusíme asi 10 minut. Když je měkká, opatrně ji vyjmeme na nahřátý talíř. Žloutky na majonézu posolíme, metlou rozšleháme, přikapáváme olej a třeme až vznikne hustá majonéza. Podle chuti přidáme špetku cukru, zakapeme citrónem a přidáme jemně usekaný česnek. Je-li majonéza příliš hustá, rozředíme ji lžičkou vlažného vývaru z ryby. Touto omáčkou candáta přelijeme a podáváme s brambory.

48. Candát s ořechy

4 filety z candáta bez kůže, 2 krajíce toastového chleba, 100 g vyloupaných vlašských ořechů, petrželová nať, 2 žloutky, sůl, mletý pepř, 2 lžičce citrónové šťávy, 2 lžičce másla

Toastový chleba nakrájíme na kostky a spolu s ořechy ho rozmixujeme. Petrželovou nať omyjeme, osušíme a několik lístků dáme stranou na pozdější ozdobu. Zbytek na jemno nasekáme. Promícháme chléb s ořechy, nasekanou natí a žloutky, osolíme a opepříme. Candátí filety omyjeme, pokapeme citrónovou šťávou, osolíme a opepříme. Potom je opečeme na rozehřátém másle. Po vyjmutí z pánve maso umístíme na plech vyložený pečicím papírem. Přes filé rozetřeme ořechovo bylinkovou směs. Pečeme asi 10 minut v troubě při 220 °C

49. Candát s křenem

500 – 750 g candáta, 30 g cibule, 50 g křenu, snítka čerstvého kopru, 150 g rajčat, 1 sklenka červeného vína, 1/2 citrónu, sůl, špetka pepře a cukru, 50 g másla

Očištěného candáta zbavíme šupin a rozkrájíme na porce. Vložíme je do vývaru připraveného z vody, octa, cukru, soli, plátků cibule, snítky kopru a čtvrtek nakrájených rajčat. Ve vývaru necháme rybu zvolna vařit – „táhnout“ – asi 12 minut. Pak ji opatrně vyjmeme. Do vývaru přidáme víno, nastrouhaný křen, na kolečka nakrájený citrón a máslo. Odpařeným vývarem pokropíme uvařenou rybu.

50. Candát mornay

750 g candáta, 1 l vody, 1/8 l bílého vína, 4 kuličky pepře, snítka petrželky, sůl. *Na omáčku:* 50 g másla, 30 g hladké mouky, 50 g cibule, 1/4 l sladké smetany, 50 g nastrouhaného sýra, pepř, sůl, špetka muškátového oříšku

Ryby vykucháme, zbavíme ploutví a jiných nepoživatelných částí. Ve vývaru z vody, vína, pepře, soli a petrželky uvaříme menší ryby v celku a větší nakrájené na porce. Z másla, cibule a mouky připravíme hladkou jíšku, zředíme ji a rozšleháme smetanou a částí vývaru z ryb. Povaříme na hladkou hustou omáčku, okořeníme ji a před podáním do ní vmícháme nastrouhaný sýr. Použijeme sýr výraznější chuti, např. parmezán nebo ementál. Porce ryby zdobíme petrželkou a přeléváme sýrovým krémem.

51. Candát vařený s hořčicovou omáčkou

600 g filátek z candáta, 30 g másla, pepř, sůl, citronová šťáva, voda. *Omáčka:* 30 g másla, 1 lžičce hladké mouky, 3 dcl rybiho vývaru, 1 lžičce hořčice, 2 lžičce smetany, pepř, sůl

Řezy z candáta osolíme, opepříme, pokapeme citronovou šťávou, vložíme na pánev, přidáme máslo, trochu vody a dusíme v troubě doměkka. Podáváme s hořčicovou omáčkou a máslem. *Omáčka:* Z másla a mouky připravíme světlou jíšku, zalijeme vývarem a povaříme. Přidáme hořčici, pepř, sůl a nakonec smetanu.

52. Candát na bílém víně

500 g filátek z candáta, 1/8 l vína, 1 1/2 dcl vody, 200 g čerstvých hub, 1 lžičce hladké mouky, 60 g másla, 1 vejce, 200 g žemle, sůl, tuk na smažení

Filátka vložíme do kastrolu s plátky hub, přilijeme víno a vodu a vaříme 20-25 minut. Žemle nakrájíme na plátky a opečeme na tuku. Do vývaru z ryby přidáme mouku promíchanou se lžící másla a povaříme. Omáčku sejmem z plotýnky, zjemníme žloutkem a máslem. Porce ryby obložíme topinkami a přelijeme omáčkou.

53. Candát po sicilsku

4 porce candáta, 3 lžíce oleje, 1 cibule, 2 hřebíčky, 300 g rajčat. 1 lžíce kaparů, malý kousek celeru, sůl, pepř, petrželka

Porce candáta osolíme a dáme do zapékací misky. Na oleji osmažíme nadrobno nakrájenou cibuli, přidáme rajčata, koření a sůl. Vše dusíme až je směs kašovitá. Pak do ní vmícháme nastrouhaný celer a kapary. Směs dáme na ryby a pečeme v troubě asi 25 minut. Při podávání posypeme petrželkou. Podáváme horké s chlebem.

54. Candát plněný houbami

Středně velký candát, 400 g žampionů, petrželka, špetka muškátového oříšku, sůl, 0,5 dcl oleje, 50 g másla

Máslo rozpustíme a 3 minuty na něm restujeme pokrájené osolené žampiony. Candáta osolíme, naplníme houbami, posypeme sekanou petrželkou, zabalíme do alobalu a 20-25 minut pečeme v troubě.

OKOUN

1. Okoun na víně str. 128
2. Okouni zapečení ve formě str. 128
3. Okouni po Maďarsku str. 128
4. Okoun se zeleninou str. 128
5. Ukrajinské okouní rizoto str. 128
6. Smažení marinovaní okouni str. 129
7. Obložení okouni str. 129
8. Okouni na kmíně str. 129
9. Zapečený okoun s rýží str. 129
10. Quebečtí okounci str. 129
11. Pikantní okoun str. 130
12. Okoun na cibulce str. 130
13. Okoun s bramborovou tymiánovou kůrkou str. 130
14. Okoun po italsku str. 130
15. Zapečený okoun se sýrem str. 130
16. Okoun na kapustě str. 131
17. Okoun v žampionové bylinkové krustě str. 131
18. Okoun na smetaně str. 131
19. Okoun s hermelínem str. 131
20. Okoun v pečícím vaku str. 132
21. Okoun na česneku str. 132
22. Okoun na kapary str. 132
23. Vařený okoun po staročesku str. 132
24. Ravioli plněné okounem na pomerančích str. 133
25. Okoun po mlynářsku str. 133
26. Okoun na paprice str. 133
27. Okoun s citronovou omáčkou str. 133
28. Okoun na sardeli str. 133

1. Okoun na víně

Okouni, bílé víno, masový vývar, máslo, sůl, pepř, nové koření, cibule, bobkový list, zelená petržel, jíška, sardelové máslo, strouhaný muškátový květ

Okouny uvaříme ve vývaru s bílým vínem, zeleninou a kořením. Uvařené vyndáme na teplou mísu. Světlou jíšku zalijeme přecezenou polévkou, přidáme sardelové máslo a muškátový květ. Povaříme a vlijeme na rybu.

2. Okouni zapečení ve formě

3 okouni po 300g, cibule, 3 lžíce kyselé smetany, 20 g másla, několik lžic rybího vývaru, 3 vejce, 3 lžíce usekaných kaparů, mletý pepř, sůl

Okouny uvaříme v osolené vodě doměkka. Ryby opatrně vyjmeme a vykostíme, maso drobně usekáme, přidáme smetanu, 20 g rozpuštěného másla, utřenou cibuli, pepř, sůl, rybí vývar, lehce ušlehaná vejce a drobně usekané kapary. Vše dobře spojíme, vložíme do předem připravené, tukem vytřené formy a zvolna zapečeme.

3. Okouni po Maďarsku

6 okounů, 10 g oleje, 50 g másla, sladká mletá paprika, sůl

Okouny osolíme. Rozevřené, hřbetem nahoru je rovnáme do zapékací misky. Pokapeme je olejem a poklademe vločkami másla. Upečeme je do měkka v předehřáté troubě. Před koncem pečení je silně posypeme paprikou a přelijeme vypečenou šťávou a nepatrně podléváme horkou vodou. Podáváme s vařenými brambory.

4. Okoun se zeleninou

3 okouni, 50 g celeru, 50 g petržele, 50 g mrkve, 50 g pórků, 100 g másla, pepř, sůl, 1 dcl hovězího vývaru

Okouny nasolíme a srovnáme do pekáčku, v němž jsme rozpustili polovinu másla, zasypeme je strouhanou zeleninou, pokapeme zbytkem rozpuštěného másla a za občasného podlévání vývarem upečeme.

5. Ukrajinské okouní rizoto

1/2 kg pečených okounů, 200 g předvařené rýže, 100 g sterilovaného hrášku, lžíce oleje, lžička papriky, 4 dcl masového vývaru, 50 g tvrdého sýra

Maso obereme z kostí, pokrájíme, smícháme s hráškem, rýží a zalijeme vývarem se solí, olejem a paprikou. Asi 10 minut zapečeme, až se vývar vsákne do rýže, podáváme se strouhaným sýrem.

6. Smažení marinovaní okouni

4 malí okouni, 1 dcl octa, 100 g strouhané kořenové zeleniny, půl cibule, 5 pepřů, 5 nových koření, 5 jalovců, bobkový list, sůl, 2 vejce, strouhanka, olej, křen, červená řepa

Ocet s vodou, zeleninou a kořením svaříme a po vystydnutí jím zalijeme rybky zbavené hlav a ocasů. Na 24 hodin uložíme v chladu. Pak každou rybku usušíme, obalíme v mouce, rozšlehaných vejcích a strouhance a usmažíme na oleji. Ještě horké posypeme strouhaným křenem a podáváme s bílým pečivem.

7. Obložení okouni

4 okouni, sůl, 50 g cibule, 1 bobkový list, 10 pepřů, 5 nových koření, 1 dcl silného hovězího vývaru, lžička želatiny, lžice oleje, na oblohu : 4 vařená vejce, citrón, 150 g nakládané červené řepy, 2 kyselé okurky, 100 g majonézy, naťová petržel

Neoškrabané vykuchané okouny vaříme vcelku ve vodě se solí, kořením a strouhanou cibulí asi 10 minut. Pak je opatrně vyjmeme, šupiny odstraníme a urovnáme je na mísu. V horkém vývaru rozpustíme želatinu, přidáme špetku soli a tímto rosolem ryby potřeme. Obložíme je pokrájenými vejci, kolečky citrónu, červené řepy, kyselých okurek, kopečky majonézy a petrželí.

8. Okouni na kmíně

600 g okounů, 150 g hladké mouky, sůl, mletý kmín, 2 dcl oleje, 2 dcl hovězího vývaru

Ryby posolíme, okmínujeme, obalíme v mouce a na oleji po obou stranách prudce opečeme, pak je podlijeme vývarem a 5 minut dusíme. Podáváme s bramborovou kaší.

9. Zapečený okoun s rýží

4 porce okouna, 100 g předvařené rýže, sůl, litr vývaru, 4 lžice oleje, 2 stroužky česneku, cibule, 200 g slaniny, 1/2 kg pórku, 200 g rajčat, pepř, paprika, tymián, bazalka, 2 dcl bílého vína, 100 tvrdého sýra

Na oleji rozškvaříme pokrájenou slaninu a na ní prudce opečeme osolenou rybu, vyjmeme ji, osmahneme pokrájený pórek, čtvrtky rajčat, nastrouhanou cibuli a utřený česnek. Vše zalijeme osoleným a okořeněným vývarem a vaříme 10 minut, pak přidáme víno, předvařenou rýži, přelijeme do ohnivzdorné mísy, poklademe okouním masem, posypeme strouhaným sýrem a zapékáme asi 1/4 hodiny.

10. Quebečtí okounci

4 okouni, sůl, lžička pepře, 1,5 dcl smetany, 80 g hladké mouky, 80 g strouhanky z dietních sucharů, 1,5 dcl oleje, lžice citrónové šťávy, 50 g másla, 50 g mandlí

Okouny osolíme, namočíme do smetany, opepříme, obalíme v mouce, znovu namočíme do smetany, obalíme ve strouhance a na oleji usmažíme, pak je položíme na savý papír, který odsaje přebytečný tuk, urovnáme na mísu, zakapeme citrónovou šťávou a podlijeme rozpuštěným máslem v němž jsme do hněda opražili na nudličky pokrájené a osolené mandle.

11. Pikantní okoun

600 g okouna, 50 g másla, 30 g pažitky, 30 g křenu, 2 lžíce citrónové šťávy, lžička hořčice, lžička cukru, sůl, 100 g rajčat, 2 dcl bílého vína

Okouny osolíme a obalíme směsí rozpuštěného másla, pokrájené pažitky, citrónové šťávy, strouhaného křenu, hořčice, cukru a malého množství soli. Dáme do pekáčku, obložíme čtvrcenými rajčaty, podlijeme vínem a udusíme.

12. Okoun na cibulce

800 g okouna, sůl, kmín, 50 g másla, 50 g oleje, 2 cibule

Očištěného okouna několikrát nařízneme, osolíme a okmínujeme. Do pekáče vložíme máslo, olej, cibuli nakrájenou na kolečka a připravené ryby. V průběhu pečení přeléváme rybu vlastní šťávou, případně podlijeme horkou vodou. Pečeme asi 20 minut.

13. Okoun s bramborovou tymiánovou kůrkou

4 filety z okouna (po 160 g), sůl, pepř, 4 moučnaté brambory, 1 žloutek, 2 lžičky mouky, 2 lžičky sušeného tymiánu, 8 lžic oleje, 2 šalotky, 2 limetky, 125 g másla, 2 lžíce jadérek granátového jablka, listový špenát

Rybu omyjeme pod tekoucí vodou a osušíme, osolíme a opepříme. Brambory nastrouháme na plátky. Žloutek vmícháme do mouky se solí, pepřem a tymiánem a vmícháme do brambor. Rybí úlety obložíme polovinou brambor a na oleji opečeme dozlatova. Rybu obložíme zbylými bramborami, obrátíme a rovněž opečeme. Šalotku nadrobno pokrájíme. Limetky vymačkáme. Šalotku zesklovatíme, vaříme na másle, přelijeme limetovou šťávou a opepříme. Porce okouna rozdělíme na talíře se šalotkovou omáčkou, jádérky granátových jablek, plátky limetky a listovým špenátem.

14. Okoun po italsku

750 g brambor, filety z okouna, 4 rajčata, černé olivy, sůl, pepř, bazalka, tvrdý sýr, máslo

Brambory omyjeme a i se slupkou nakrájíme na plátky a povaříme v osolené vodě. Máslem vymažeme plech, rozložíme povařené brambory, nakrájená rajčata a olivy. Navrch položíme osolené a opepřené filety. Překryjeme alobalem a pečeme ve vyhřáté troubě. Před dokončením posypeme nastrouhaným sýrem a bazalkou.

15. Zapečený okoun se sýrem

4 pórký, 2 lžíce oleje, 4 rajčata, 800 g filé z okouna, 400 g balkánského sýru v celku, sůl, čerstvě mletý pepř, 250 g zakysané smetany, muškátový oříšek

Předehřejeme troubu na 200 °C . Pórek očistíme, omyjeme a nakrájíme na kolečka. Rajčata omyjeme, nakrájíme na plátky, osolíme a opepříme.

Filé z mořského okouna omyjeme pod studenou tekoucí vodou a osušíme. Sýr nakrájíme na tenké plátky. Pórek podusíme 5 min. na oleji. Osolíme, opepříme a dáme do vymazané zapékačkové formy. Pórek poklademe polovinou plátek sýra. Na sýr položíme rybí filé a podle chuti osolíme a opepříme. Pokryjeme plátky rajčat. Zakysanou smetanu ušleháme dohladka, ochutíme muškátovým oříškem a potřeme jí rajčata. Povrch poklademe zbylými plátky balkánského sýra a zapékáme asi 35 min. v troubě.

16. Okoun na kapustě

500 g kapusty, 3 lžíce smetany, 2 lžíce másla, sůl, pepř, špetka muškátu, máslo na vymaštění, 200 g rajčat, 100 g lahůdkové jarní cibulky, 400 g filé z okouna, trochu citronové šťávy, 1 lžíce hladké mouky, 250 ml mléka, 100 g nastrouhané goudy nebo eidamu, 1 žloutek

Kapustu očistíme, pokrájíme na nudličky, 2-3 min. povaříme v osolené vodě a necháme okapat. Rozehřejeme smetanu a 1 lžící másla, přidáme kapustu, osolíme, opepříme, okořeníme muškátem a dáme do vymaštěné zapékací formy. Rajčata spaříme, oloupeme, rozkrojíme na osminky. Cibuli očistíme, omyjeme, nakrájíme na kolečka. Rajčata a cibuli dáme na kapustu. Filé omyjeme, osušíme, pokapeme citronovou šťávou, osolíme, opepříme, rozložíme na zeleninu. Formu přikryjeme alobalem a pečeme v troubě asi 35 min. Na lžící másla osmahneme lžící mouky, přilijeme mléko, mírně povaříme. Sýr spolu se žloutkem vmícháme do omáčky. Sejmeme alobal a přelijeme omáčkou. Zapékáme ještě 10 min.

17. Okoun v žampionové bylinkové krustě

4 lžíce celozrnných pšeničných otrub, 4 filety z okouna (asi po 150 g), 3 lžíce citron. šťávy, sůl, pepř, 1 cibule, 250 g žampiony, 2 lžíce olivového oleje, 2 lžíce strouhanky, 1 lžička provensálských bylinek, 1 lžíce ajvaru (papriková, popř. papriková a lilková pasta), 2 lžíce strouhaného parmazánu, 100 ml smetany

Celozrnný šrot namočíme do 5 lžic vody asi na 30 min. Mezitím omyjeme rybu, osušíme ji a pokapeme citronovou šťávou, osolíme, opepříme a vložíme do vymaštěné zapékací formy. Cibuli nadrobno pokrájíme. Žampiony očistíme a nakrájíme na plátky. Troubu předehřejeme na 180° C. V pánvi rozežřejeme olej a na něm zesklivatíme cibuli. Přidáme žampiony a opékáme asi 3 min. Poté jimi obložíme filety. Pšeničné otruby smícháme se strouhankou, bylinkami, ajvarem a parmazánem. Touto směsí zakryjeme žampiony a přelijeme smetanou. Pečeme asi 30 min.

18. Okoun na smetaně

1 kg okounů, 3/4 l vody, 1 cibule, 2 dl bílého vína, 50 g másla, sůl, mletý pepř, 1 1/2 dl kysané smetany, petrželka, citronová šťáva.

Okouny očistíme, odřízneme hlavy, ploutve a ocasy, spaříme vařící vodou a stáhneme kůži. Rozdělíme je na porce, osolíme, posypeme jemně nakrájenou cibulí a petrželkou, zalijeme vínem a dusíme pod pokličkou, až změknou. Pak porce přeložíme na talíře. Do šťávy přidáme máslo a smetanu, ohřejeme téměř k varu, osolíme, sejmeme z plotny, ochutíme citronovou šťávou a podlijeme ryby.

19. Okoun s hermelínem

Filety z okouna 400 g, hermelín 1 ks, máslo 50 g, citron 1 ks, mrkev 100 g, sůl, pepř mletý, kmín, kurkuma 1 lžička, koření na ryby 1 lžička, majoránka 1 špetka, grilovací koření 1 lžička

Filety naskládáme do zapékací misky na plátky másla, aby ryba později nebyla na suchu, pokapeme citronem a nakoříme dle chuti. Mrkev nakrájíme a přisypeme do mísy. Dáme do trouby na 200 °C na cca 30 minut, můžeme nechat i déle. Během přípravy kontrolujeme a v případě potřeby přidáme máslo. Na posledních 5 minut poklademe jednotlivé filety plátky Hermelínu. Přílohy: hranolky, popř. brambory a plátek citronu.

20. Okoun v pečícím vaku

400 g mrkve, 150 g celeru, 300 g kedluben, 1 pórek, 3 lžíce horké vody, 2 kostky MAGGI zeleninového bujónu, 1 pečící vak nebo papír na pečení, 4 lžíce vložek másla, 1 okoun (cca 500g), 1 lžička MAGGI

Mrkev, celer a kedlubny omyjeme, očistíme a vše nakrájíme na jemné nudličky o délce cca 4cm. Pórek omyjeme, očistíme a nakrájíme na kolečka. V horké vodě rozpustíme MAGGI Zeleninový bujón a pečlivě promícháme se zeleninou. Pečící vak přistříhneme tak, aby byl než ryba o 20cm. Pokud nemáme vak, použijeme papír na pečení, který přehneme v polovině, naplníme zeleninou, přehneme strany, které pomažeme směsí mouky a vody. Okouna omyjeme, otřeme dosucha, okořeníme MAGGI Harmonií Chuti a položíme na zeleninu. Pečící vak (nebo papír na pečení) uzavřeme, několikrát propíchneme a položíme na chladný pečící plech. Pečeme v předehřáté troubě při teplotě 175°C (na spodním roštu) cca 45 minut.

21. Okoun na česneku

1 kg ryb, 0,5 l rybího vývaru, tlučený kmín, sůl, 8 stroužků česneku, 20 g strouhané cibule, 120 g másla, strouhanka

Očištěné vykuchané omyté okouny dáme do kastrolu a zalijeme rybím vývarem. Přidáme tlučený kmín se solí, stroužky česneku utřené s máslem a cibulí. Přivedeme k varu a zvolna vaříme asi 20 minut. Uvařené okouny necháme na sítu odkapat, pak je srovnáme na horkou mísu a opatrně stáhneme z horní poloviny těla kůži. Nakonec je posypeme na másle osmaženou strouhankou a polijeme rozpáleným máslem.

22. Okoun na kapary

8 ks okounů, 1 ks větší cibule, 4 lžičky kaparů, citronová šťáva, máslo, pepř, kmín, sůl

Vykuchané okouny stáhneme z kůže. Postupujeme takto, odřízneme hlavu, ocas a hřbetní ploutev, ostrým nožem kůži na hřbetu po celé délce nařízneme a stáhneme směrem dolů k břichu. Okouny omyjeme, naskládáme do pekáčku, nebo na plech, pokapeme citronovou šťávou, ochutíme, solí, kmínem, pepřem. Posypeme nasekanými kapary, poklademe proužky cibule a plátky másla. Dáme péct na 15-20 minut do vyhřáté trouby.

23. Vařený okoun po staročesku

4 ks okounů, 1 ks palice česneku, 1 ks malé cibule, 100 g másla, 500 ml vody, strouhanka, celý kmín, sůl

Okouny si vykucháme, oškrábeme a opláchneme. Palici česneku si rozebereme na stroužky, které oloupeme a utřeme se solí, cibuli si jen očistíme od případných nečistot a opláchneme, neloupeme. Do hrnce si nalijeme vodu, přidáme očištěné okouny, utřený česnek, cibuli a trochu kmínu, poté přivedeme k varu a zvolna vaříme asi 20 minut. Uvařené ryby vyjmeme děrovanou naběračkou, rozdělíme na talíře, polijeme rozehřátým máslem a posypeme strouhankou, kterou jsme si lehce osmahli na másle.

24. Ravioli plněné okounem na pomerančích

Těsto na Ravioli: 250 g semolinové mouky (mouka z tvrdozrné pšenice), 2 celá vejce **Náplň:** 300 g filet okouna, 4 sardinky v oleji, 50 g másla, 1/2 skleničky bílého vína, 1 vejce, 1 stroužek česneku, sůl **Omáčka:** 2 pomeranče, 50 g másla, hladkolistá petrželka

Rybu nakrájejte na kousky. V hrnci poduste na másle česnek, rozpusťte na něm sardelky, po chvíli přidejte rybu. Pomalu restujte, osolte a podlijte vínem. Přikryjte a vařte dalších 10 minut, příp. podlijte trochou vody. Rybu umelte (nebo usekejte mikroprocesorem, možná by to zvládl i tyčák), utřete s 1 vejcem a vzniklou směs odložte. Zadělejte mouku s vejci, uválejte tenký plát (ručně nebo strojem na těstoviny), pokladte ho náplní a utvořte ravioly (konkrétní tvar už je na Vás). Ravioli uvařte ve slané vodě a krátce je ještě povařte na pánvi, kde si ještě předtím rozehřejte máslo s vymačkanou šťávou z obou pomerančů. Ravioli "instalujte" na talíř, lehce polijte omáčkou z pánve, posypte petrželkou a ozdobte pomerančovou kůrou (budťo čerstvou nebo udělejte chipsy - na másle krátce osmažte proužky kůry, osolte, lehce opepřete, osušte na ubrousku).

25. Okoun po mlynářsku

600 g okounů, 100 ml oleje nebo sádla, hladká mouka, mletá sladká paprika a sůl

Ryby očistíme, osolíme a obalíme v hladké mouce smíchané s mletou sladkou paprikou. Pak je prudce opečeme na oleji nebo na sádle.

26. Okoun na paprice

4-6 okounů, 10 g oleje, 40 g másla, sůl, paprika, voda

Okouny ponoříme do vařící vody a oškrábeme, čisté omyjeme, osušíme a potřeme uvnitř i na povrchu solí. Rozevřené hřbetem nahoru upravíme na misku. Pokapeme je olejem a poklademe kousky másla. Pečeme ve vyhřáté troubě za občasného přelití, až je maso měkké. Před koncem pečení je posypeme paprikou a přelijeme šťávou.

27. Okouni s citronovou omáčkou

4-6 okounů, 40 g másla, 60 g kořenové zeleniny, 1 malá cibule, sůl, pepř, lžíce hladké mouky, 3 lžíce smetany, 1 citron, lžička kaparů, žloutek

Na másle osmažíme na drobno nakrájenou cibuli a zeleninu do žluta, přidáme koření a osolené okouny. Vložíme do trouby a pečeme doměkka. Hotové ryby vyjmeme, urovnáme na vyhřáté talíře a přelijeme omáčkou. Omáčku upravíme tak, že zeleninu prolisujeme, šťávu procedíme, zahustíme moukou, zalijeme smetanou a povaříme. Do povařené dáme trochu citronové kůry a šťávy. Vmícháme nadrobno nakrájené kapary, převaříme, sundáme z ohně, vmícháme žloutek a nalijeme na okouny.

28. Okoun na sardeli

6 okounů, 100 g másla, ¼ tuby sardelové pasty, petrželka, podle potřeby sůl

Čistě omyté a osušené ryby potřeme sardelovou pastou a máslem uvnitř i na povrchu a pečeme v troubě doměkka. Měkké podle potřeby osolíme. Před podáváním je posypeme nadrobno nakrájenou petrželkou a přelijeme šťávou od pečení.

TOLSTOLOBIK

1. Tolstolobik s bramborovou poduškou str. 135
2. Tolstolobik Rossija str. 135
3. Salát z tolstolobika str. 135
4. Kaše z tolstolobika str. 135
5. Maďarský perkelt z tolstolobika str. 135
6. Tolstolobik nakládáný str. 136
7. Tolstolobik s kečupem str. 136
8. Pečený tolstolobik s petrželkou a přílohou str. 136
9. Tolstolobik na másle str. 136
10. Zapékaný tolstolobik str. 136
11. Tolstolobik na pepři str. 137
12. Tolstolobik na rajčatech str. 137
13. Tolstolobik s jablky str. 137
14. Hranolky z tolstolobika s omáčkou barbecue str. 137
15. Uzený tolstolobik s křenovou bramborovou kaší str. 137
16. Tolstolobik s bylinkovým kuskusem str. 138
17. Tolstolobik v papilotě str. 138
18. Kostky z tolstolobika se zeleninou str. 138
19. Tolstolobik s hořčicovým máslem str. 138
20. Nugetky z tolstolobika str. 139
21. Perkelt z tolstolobika str. 139
22. Tolstolobik na bílém víně str. 139

1. Tolstolobik s bramborovou poduškou

800 g tolstolobika, 800 g brambor, hrst sušených hub, 100 g cibule, 50 g sádla, 5 lžic oleje, lžíce hladké mouky, 1,5 dcl smetany, pepř, sůl, petrželová nať

Předem namočené houby podusíme na kousku sádla se 4 lžicemi vody a nakrájíme je. Brambory uvaříme ve slupce do poloměkka. Tolstolobika stáhneme, vykostíme, nakrájíme na kousky, osolíme, obalíme v mouce a prudce osmahneme na oleji. Pokrájenou cibuli osmažíme na sádle dozlatova. Do sádlem vymazané zapékací misky utvoříme věnec z osolených, opepřených, nahrubo nastrouhaných brambor, do jeho středu urovnáme rybí maso. Vše posypeme dušenými houbami, smaženou cibulí, zalijeme smetanou smíchanou s moukou a šťávou zbylou od dušení hub, ozdobíme nasekanou petrželovou natí a 15 minut zapékáme.

2. Tolstolobik Rossija

1 kg tolstolobika, 2 cibule, kapie, jablko, banán, 50 g hrozinek, 2 dcl bílého vína, lžíce karí, 2 dcl sladké smetany, lžíce másla, sůl

Staženého tolstolobika rozdělíme na porce, osolíme je, zasypeme strouhanou cibulí, zalijeme vínem a 10 minut dusíme. Pak maso opatrně vyndáme, upravíme na mísu a uložíme v teple. Do omáčky přidáme na nudličky pokrájenou kapii, karí, smetanu, 5 minut povaříme, přimícháme na kolečka nakrájený banán a oloupané na kostičky nakrájené jablko, které jsme s hrozkami prudce osmahli na másle. Omáčku nalijeme na rybu a podáváme.

3. Salát z tolstolobika

400 g pečeného tolstolobika, 200 g vařených brambor, 150 g kyselých okurek, 100 g sterilovaného hrášku, 100 g nakládaných oliv, lžíce kaviáru, půl lžičky pepře, 300 g majonézy, sůl

Maso bez kůže a kostí smícháme s nakrájenými brambory, okurkami a jablky, vypeckovanými olivami a ostatními přísadami. Podle chuti dosolíme.

4. Kaše z tolstolobika

300 g tolstolobika, 30 g míchané zeleniny (např. mrkev, kedluben, fazole, hrách, květák, apod.), 50 g másla, sůl, 1 dcl mléka, lžička hladké pšeničné a lžíce sójové mouky, lžíce citrónové šťávy, vejce, 30 g petržele s pažitkou

Zeleninu nadrobno usekáme, podlijeme trochou vroucí vody a na másle udusíme. Syrové maso bez kůže a kostí umeleme, zředíme mlékem s rozmíchanou pšeničnou a sójovou moukou, citrónovou šťávou, vejce, sůl, přidáme k zelenině a za stálého míchání dusíme ještě 10 minut. Hotovou kaši sypeme pokrájenými bylinkami.

5. Maďarský perkelt z tolstolobika

1 kg ryby, 120 g tuku, 150 g cibule, 20 g čerstvé červené papriky, sůl, 150 g čerstvé zelené papriky, 150 g rajčat, pepř, mletá paprika

Z ryby nakrájíme na prst silné porce a osolíme. Na horkém tuku osmahneme nakrájenou cibuli, zasypeme paprikou, přidáme pepř, zamícháme a přidáme nakrájená rajčata a papriky, zalijeme trochou vody a vaříme asi 30 minut. Nasolené porce ryby položíme na pekáč, polijeme předem připraveným základem a dusíme v troubě na střední teplotu doměkka.

6. Tolstolobik nakládáný

Tolstolobik - vykostěná a stažená ryba nebo file. Ocet 8% v dostatečném množství. Cibule - asi 3 velké cibule na 1 kg rybího masa. Sůl, černý pepř celý, polévkové koření nebo Vegeta, bobkový list. Olej. Další dobroty dle vlastní chuti - feferonka, chilli papričky, pepř mletý a jiné

Rybu nakrájíme na proužky, dáme do mísy a zalijeme 8%octem tak, aby byly kousky potopené. Zatížíme pokličkou nebo talířem, abychom vytlačili vzduch a necháme takto v míse přiklopené asi 30 minut/podle velikosti kousků/. Mezitím si připravíme cibuli. Nakrájíme ji na kolečka, dáme do mísy a spaříme horkou vodou. Přiklopíme pokličkou a necháme 20-30 minut přiklopené, aby cibule změkla a zjemnila .Po té vodu slijeme a cibuli ochutíme podle chuti, jak kdo má rád slané, kolik kuliček černého pepře a několik bobkových listů. Vše důkladně promícháme a zalijeme asi 0,5litrem oleje, opět promícháme, cibule musí být mastná, ale nesmí v oleji plavat. Slijeme ocet z ryby a necháme okapat - neoplachujeme vodou!!! Plníme sklenice : střídáme vrstvu cibule, vrstvu ryby, až skončíme vrstvou cibule. Podle chuti můžeme též přidat do sklenice feferonky, chilli papričky, mletý pepř, prostě kdo co má rád. Sklenice uzavřeme a necháme aspoň 5 dní odležet v chladu

7. Tolstolobik s kečupem

1 kg tolstolobika, 4 lžíce kečupu, 50 g másla, 1 lžíce octa, pepř, sůl, vývar, 3 lžíce vody

Všechno kromě ryby smícháme a zvolna zahřejeme. Na připravený alobal položíme na porce nakrájeného tolstolobika, polijeme připravenou horkou směsí a navrch položíme máslo. V troubě zvolna zapékáme asi 35 – 40 minut.

8. Pečený tolstolobik s petrželkou a přílohou

500 g tolstolobika, citron, česnek, 2 lžíce másla, pepř, sůl, 1 lžíce tymiánu, 1 dcl vody

Nejprve si den předem připravíme rybu (tolstolobika) - posolíme, popepříme a pokapeme citronem, Druhý den dáme vše do pekáče, znovu pokapeme citronem, přidáme 2 lžíce másla a podlijeme vodou a posypeme petrželkou. Necháme péct v troubě na 170stupnu - cca 50minut až se ryba úplně rozpadá, na talíři posypeme petrželkou znovu. Jako přílohu brambory sypané tymiánem a pečený česnek.

9. Tolstolobik na másle

1 kg tolstolobika, 100 g másla, majoránka, pepř, petrželka, 80 g strouhanky, sůl, 1 l vývaru

Osolenou rybu necháme odležet, pak ji v okořeněné vodě uvaříme. Na másle opražíme strouhanku, posypeme pepřem, majoránkou a sekanou petrželkou. Zalijeme masovým vývarem a vaříme tak dlouho, až vznikne omáčková konzistence. Pak jí polijeme rybu.

10. Zapékaný tolstolobik

600-800 g tolstolobika, bazalka, 1 kg brambor, 2 cibule, 1 citron, 2 stroužky česneku, kmín, 1 lžička másla, mletá paprika, 4 lžíce olivového oleje, pepř, rozmarýn, sardelová pasta, sůl, tymián

Brambory omyjte a vařte i se slupkou. Oloupejte je, nakrájejte na kolečka a naskládejte do zapékačích nádob, vymazané máslem. Potom brambory osolte, opepřete a posypte paprikou i kmínem. Předehřejte troubu na 180°C, horkovzdušnou na 160°C. Rybu nakrájejte na porce, osolte, opepřete, potřete sardelovou pastou, česnekem, posypte bylinkami a přidejte máslo. Na pánvi rozehejte olej a vhoďte do něj kolečka cibule. Jakmile zesklouatí, přidejte rybu a opékejte ji tak 2 minuty z každé strany. Osmahnuté porce ryby položte do zapékačích nádob na brambory, pokapejte citronovou šťávou a pečte doměkka; trvá to asi 15-20 minut. Podávejte v zapékačích nádobě.

11. Tolstolobik na pepři

1000 g tolstolobika, 100 g anglické slaniny, mletá paprika, 30 g hladké mouky, pepř, sůl, 100 g sádla, 50 ml smetany

Celou rybu osolíme a opepříme. Hlavu uvaříme zvlášť. Rybu potřeme slaninou, paprikou a na sádle usmažíme. Do sádla vlijeme rybí vývar z hlavy, do kterého jsme zamíchali mouku a smetanu. Chvilí povaříme a polijeme jí rybu. Podáváme s dušenou rýží nebo s vařenými bramborami.

12. Tolstolobik na rajčatech

1000 g tolstolobika, 1 dcl bílého vína, citron, 4 stroužky česneku, 50 g másla, 2 lžíce oleje, 500 g rajčat, rozmarýn, sádlo

Rybu necháme asi 1 hodinu rozležet v citronové šťávě. Pak ji vložíme do tukem vymazané misky, polijeme omáčkou, poklademe máslem a pečeme asi 20 minut. Omáčka: Do horkého oleje přidáme utřený česnek, na kousky nakrájená rajčata, koření a zředíme vínem. Povaříme asi 10 minut.

13. Tolstolobik s jablky

600 g tolstolobika, 150 g celeru, 1 cibule, 4 jablka, pepř, 4 lžíce rajského protlaku, 150 ml smetany, sůl

Oloupaná jablka, celer a cibuli nastroháme na hrubém struhadle, promícháme a touto směsí vyložíme dno máslem vymazaného pekáče. Pak přidáme osolená filátka, zalijeme smetanou rozšlehanou s rajčatovým protlakem a pečeme ve středně vyhřáté troubě ½ hodiny.

14. Hranolky z tolstolobika s omáčkou barbecue

250 g filetů z tolstolobika, 3 lžíce sójové omáčky, 6 g česneku, mletý kmín, 40 g hladké mouky, 1,5 g sladké papriky, 1 g škrobové moučky, 3 lžíce oleje

Filety pokrájíme na hranolky (1,5 cm široké) a vložíme na 20 minut do marinády ze sójové omáčky, kmínu a plátků česneku. Pak necháme okapat, obalíme v hladké mouce smíchané s paprikou i škrobovou moučkou a smažíme 6 minut při 180 °C. Podáváme teplé se salátem a omáčkou barbecue.

15. Uzený tolstolobik s křenovou bramborovou kaší

300 g uzeného tolstolobika. Salát z červené řepy: 100 g červené řepy, 80 g jablek, 1,5 lžíce vinného octa, 50 g cibule sůl, cukr. Bramborová kaše: 3 brambory, 2 lžíce smetany, 3 lžíce mléka, 30 g křenu, 10 g másla Uzeného tolstolobika 15 minut napařujeme se snítkou jalovce či rozmarýnu při 90 °C

Červenou řepu uvaříme ve slané vodě, oloupeme, pokrájíme, ochutíme vinným octem, cukrem a smícháme s kostkami jablek i cibule. Bramborovou kaši připravíme klasicky, pak přidáme strouhaný křen a zjemníme smetanou a máslem.

16. Tolstolobik s bylinkovým kuskusem

300 g tolstolobika, po 1 g bazalky, oregana a červeného rybího koření, sůl, olivový olej, 60 g žluté papriky, 50 g cibule, 60 g sušených rajčat, 50 g cherry rajčat, 1,5 lžíce červeného vína, 1 lžíce octa balsamico, sůl, špetka cukru, 20 g škrábaného parmezánu

Kostky tolstolobika (2x2 cm) okořeníme, osolíme a opečeme na oleji. Do výpeku přidáme proužky papriky, kolečka cibule, rajčata a orestujeme. Zalijeme vínem, balsamikem, osolíme a osladíme. Rybu posypanou parmezánem spolu se zeleninou poté krátce zapečeme v troubě. Podáváme s pařeným bylinkovým kuskusem.

17. Tolstolobik v papilotě

500 g tolstolobika, 200 g zelené papriky, 160 g cibule, 160 g cherry rajčátek, 3 lžíce suchého bílého vína, koření na ryby, olivový olej, sůl

Maso z tolstolobika rozdělíme na 4 filety, ochutíme kořením na ryby a solí. Zeleninu očistíme, proužky cibule i papriky zbavené jadřinců a celá cherry rajčata orestujeme na oleji, přidáme tymián, stříkneme vínem a směs osolíme. Filety na pečicím papíru obložíme orestovanou zeleninou, dobře zabalíme a pečeme tak 15 minut v troubě vyhřáté na 165 °C.

18. Kostky z tolstolobika se zeleninou

600 g tolstolobika, 120 g žluté papriky, 120 g sušených rajčátek, 100 g cherry rajčat, 100 g cibule, 40 g škrábaného parmezánu, 2 g bazalky, 2 g oregana, 2 g červeného rybího koření, 3 lžíce červeného vína, 2 lžíce octa balsamico, olivový olej, špetka cukru, sůl

Kostky tolstolobika asi 2x2 cm velké okořeníme, osolíme a zprudka opečeme na oleji, pak rybí maso vytáhneme a uchováme v teple. Do výpeku přidáme proužky papriky, kolečka cibule, rajčata a zeleninu, mírně osolenou ji orestujeme, zalijeme vínem, balzamikovým octem, osolíme a dle chuti osladíme. Rybí kostky poklademe na zeleninu, posypanou parmezánem a krátce zapečeme v troubě vyhřáté na 200 °C.

19. Tolstolobik s hořčicovým máslem

4 ks porce tolstolobika, 1 ks cibule, 1 ks hřebíčku, kousek bobkového listu, voda, sůl Na hořčicové máslo: 120 g másla, 2 lžíce jemné hořčice, citronová šťáva, cukr, sůl

Do mírně osolené vody dáme oloupanou rozpůlenou cibuli se zapíchnutým hřebíčkem, bobkový list a povaříme asi 10 minut. Do vývaru vložíme částečně rozmrazené porce ryby, když voda začne opět vařit, zmírníme příkon energie a zvolna vaříme do změknutí. Uvařené porce ryb vyjmeme nejlépe pomocí děrované lopatky a upravíme je na nahřáté talíře, přelijeme horkým hořčicovým máslem. Příprava hořčicového másla: Máslo rozehtejeme, nejlépe ve vodní lázni, přidáme hořčici a zvolna, za stálého míchání přivedeme téměř k varu, během zahřívání máslo podle chuti přisolíme a přisladíme. Do hotové omáčky přidáme podle chuti citronovou šťávu. Jako přílohu podáváme opékané brambory, salát a osminku citronu.

20. Nugetky z tolstolobika

2 porce tolstolobika, 1 žloutek a 1 celé vejce, šťáva z půlky citronu, 1 pomeranč, špetka muškátového květu, špetka drcených fenyklových semínek, sůl, bílý pepř, strouhanka domácí, 1 lžice mandlových plátků, olej na smažení

Filety zbavíme kůže, pinzetou vytaháme větší kosti, nakrájíme na kostky a dáme do mixeru. K rybě nastrouháme pomerančovou kůru (1 lžičku), přidáme žloutek, drcená semínka fenyklu, muškátový květ, sůl, pepř, zakápneme citronovou šťávou a rozmixujeme dohladka. Přidáme lžici strouhanky, promícháme a směs necháme odležet v chladu cca 15 min. Vytvarujeme 18 kuliček, které namáčíme do rozšlehaného vejce a obalujeme ve strouhance smíchané s plátky mandlí. Pomalu smažíme ve větší vrstvě oleje a kuličkami mícháme, aby se rovnoměrně osmažily dorůžova. Hotové kuličky odkládáme na papírovou utěrku odsát přebytečný tuk.

21. Perkelt z tolstolobika

rostlinný olej, 1 velká cibule, 1 lžice sladké mleté papriky, špetka mleté pálivé papriky, 2 rajčata, ½ červené papriky, ½ žluté papriky, ½ zelené papriky, cca 300 ml rybího vývaru, 500 g filetu z tolstolobika, sůl

Na oleji osmahneme na klínky nakrájenou cibuli, jakmile je zlatá, zaprášíme paprikou a vložíme na kostičky 1 x 1 cm velké nakrájenou zeleninu, zalijeme vývarem a osolíme. Až se polévka vyvaří na hustší konzistenci, přidáme od šupin očištěnou, na menší kousky nakrájenou rybu a ještě 15 minut povaříme, mícháme jen zlehka. Perkelt můžeme podávat s chlebem, s bramborovými noky nebo vařeným bramborami.

22. Tolstolobik na bílém víně

800 g filetů tolstolobika, 100 g hladké celozrnné mouky, 1 lžice provensálského koření, 50 ml oleje, 100 g rajského protlaku, 2 jarní cibulky, 1 malý lilek, 4 stroužky česneku, 50 g kaparů se stopkou, sůl, mletý pepř, 100 ml bílého vína, hrst bazalky, hrst petrželky

Filet tolstolobika nakrájíme na větší kostky (6 x 6 cm), které obalíme v celozrnné mouce smíchané s provensálským kořením. Kousky ryby opečeme ve velké pánvi na rozpáleném oleji ze všech stran, potom je shrneme k jedné straně pánve a na volné části orestujeme protlak, na něm na malé kousky nakrájenou zeleninu, zarestujeme ji, osolíme, opeříme, podlijeme vínem, vmícháme nasekané bylinky, přiklopíme a chvíli podusíme. Na talíř klademe kousky ryby a porci dušené zeleniny.

1. Curry z cejna	str. 141	31. Pražský cejn	str.147
2. Cejn s křenovou šlehačkou	str. 141		
3. Cejn zapečený na žampiónech	str. 141		
4. Cejn smažený ve vinném těstíčku	str. 141		
5. Cejn po Uhersku	str. 141		
6. Cejn s houbami a zeleninou	str. 142		
7. Cejn "Marengo"	str. 142		
8. Cejn na hříbech po chorvatsku	str. 142		
9. Pečený obložený cejn	str. 142		
10. Cejn na bílém víně	str. 142		
11. Cejn na bylinkách	str. 143		
12. Plněný cejn na grilu	str. 143		
13. Cejn pečený s petrželkou a rajčaty	str. 143		
14. Zavináče z cejnů plněné cibulí a feferonkou	str. 143		
15. Cejn pečený v alobalu	str. 143		
16. Cejn po řecku	str. 143		
17. Cejn s kari	str. 144		
18. Grilovaný cejn s pikantní omáčkou	str. 144		
19. Cejn do křupava pečený	str. 144		
20. Matjesy z cejna	str. 144		
21. Sekaná z cejna	str. 145		
22. Cejn na tymiánu	str. 145		
23. Cejn na koriandru	str. 145		
24. Cejn s avokádovou salsou	str. 145		
25. Cejn na varšavský způsob	str. 145		
26. Cejn s rýží	str. 146		
27. Cejn na žampiónech	str. 146		
28. Cejn na červeném víně	str. 146		
29. Obložený cejn s koprem	str. 146		
30. Pikantní pečený cejn	str. 146		

1. Curry z cejna

700 g cejnů, 2 lžičky karí koření, 5 lžic Vegetolu, sůl, 2 cibule

Naporcované cejny osolíme, posypeme silně karí kořením a necháme hodinu odležet. Dále ryby opečeme na oleji do měkka. Porce rozdělíme na talíře a obložíme kolečky na zbylém oleji opečené cibule. Podávám s dušenou rýží.

2. Cejn s křenovou šlehačkou

3 porce cejna, 100 g kořenové zeleniny (mrkev, celer, petržel), 6 zrn pepře, bobkový list, 4 lžičky octa, 3/8 l šlehačky, 3 lžíce nastrouhaného křenu, zelená petržel

Asi litr vody svaříme s nakrájenou zeleninou a kořením, dobře povařenou zeleninu scedíme, do odvaru vložíme porce cejna a na mírném ohni zvolna vaříme asi 10 minut. Vařené porce vyndáme, rozdělíme na talíře, posypeme drobně nasekanou zelenou petrželkou a podáváme s ušlehanou smetanou promíchanou s nastrouhaným křenem. Přílohou jsou vařené brambory.

3. Cejn zapečený na žampionech

3 porce cejna, 150 g žampionů, 60 g másla, 2 žloutky, 2 dcl smetany, 60 g strouhaného ementálu, 100 g kořenové zeleniny, ocet, sůl

Zeleninu nakrájíme na slabé plátky a povaříme ji ve vodě s octem a solí. Pak přidáme porce cejna a zvolna vaříme asi 10 minut. Povařenou rybu vyjmeme, stáhneme kůži a porce narovnáme do zapékací misky, na jejíž dno jsme dali na slabé plátky nakrájené žampiony podušené samostatně na malé části másla. Smetanu rozmícháme s nastrouhaným sýrem a žloutky, podle chuti osolíme a zalijeme jí porce cejna. Povrch pokrmu zalijeme zbytky másla a zapečeme v troubě. Podáváme s opečenými brambory.

4. Cejn smažený ve vinném těstíčku

Asi kilový cejn, 2 vejce, 1 dcl bílého vína, lžíce oleje, polohrubá mouka, citrón, ztužený potravinový tuk, sůl

Cejna rozdělíme na porce asi po 200 g a dobře osolíme. Rozšleháním bílého vína, oleje, vajec, soli a mouky připravíme zahoustlé těstíčko jako na kapání. V připraveném těstíčku namáčíme dvakrát jednotlivé porce a osmažíme je ihned v rozpáleném tuku dozlatova. Osmažené porce ryby rozdělíme na talíře, poklademe plátky citrónu a podáváme s vařenými nebo opékanými brambory.

5. Cejn po Uhersku

1 velký nebo 2 menší cejny, 100 g jablečných křížal, cibule, mletý pepř, zázvor, muškátový květ, 1/8 l bílého vína, 2 lžíce octa nebo citrónové šťávy, sůl

Do větší nádoby dáme vodu okyselenou octem nebo citrónovou šťávou, přidáme víno, částečně vykostěné ryby, jablečné křížaly a nahrubo nakrájenou cibuli. Na mírném ohni uvaříme vše do měkka, před skončením varu opepříme, okořeníme špetkou zázvoru a muškátového květu. Podáváme s chlebem.

6. Cejn s houbami a zeleninou

1/2 kg cejna, 200 g hřibů, 4 rajčata, zelená paprika, olej, stroužek česneku, kmín, pažitka, sůl

Cejna opečeme na oleji, vyjmeme, nakrájíme na porce a vykostíme. Hříby nakrájíme na plátky, osolíme, okmínujeme, přidáme sloupnutá rajčata, nakrájená na silnější plátky a na nudličky nakrájenou papriku. Přidáme porce cejna, česnek utřený se solí a nakrájenou pažitku. Prohřejeme a podáváme s vařenými brambory.

7. Cejn "Marengo"

Velký cejn, 300 g rajčat, 150 g žampionů, 100 g másla, cibule, 1 dcl červeného vína, 20 g hladké mouky, 2 stroužky česneku, mletý pepř, zelená petržel, citrón, sůl

Cejna rozporcujeme, osušíme, obalíme v hladké mouce a pečeme z obou stran na másle s drobně nakrájenou cibulí. Opečené porce vyjmeme, do zbylého základu přidáme drobně nakrájené žampióny, krátce podusíme, přidáme víno a ještě jen velmi krátce podusíme. Před koncem dušení přidáme nakrájená oloupaná rajčata bez jader, mletý pepř, jemně nakrájený česnek a osolíme. Porce přelijeme omáčkou, na talířích ozdobíme zelenou petrželí a kolečky citrónu. Podáváme s vařenými brambory.

8. Cejn na hříbech po Chorvatsku

6 porcí cejna, 250 g hřibů nebo žampionů, 2 cibule, lžice rajčatového kečupu, 2 lžice másla, kmín, 10 kapek worcesterové omáčky, sůl

Hrubě nakrájenou cibuli velmi krátce osmahneme na másle, osolíme, přidáme kmín, a na plátky nakrájené houby. Houby krátce podusíme a teprve pak přidáme porce cejna. Na mírném ohni dusíme téměř do měkka. Nakonec přidáme rajčatový kečup, worcesterovou omáčku a dodusíme do měkka. Podáváme s dušenou rýží.

9. Pečený obložený cejn

1 kg cejna, 3 stroužky česneku, sůl, půl lžičky pepře, 50 g husího sádla, 200 g brambor, 100 g cibule, 100 g rajčat, 50 g zelených paprik, 2 dcl smetany

Celou rybu potřeme česnekem, osolíme, opepříme a necháme hodinu odležet. Pekáček vymažeme husím sádlem, vyložíme kolečky osolených brambor a cibule, na to položíme rybu, po jedné straně ji obložíme nakrájenými rajčaty, na druhé straně pokrájеныmi paprikami, zalijeme osolenou smetanou a 20 minut pečeme.

10. Cejn na bílém víně

8 malých porcí cejna, 2 dl bílého vína, 1/8 l smetany, 80 g másla, 30 g hladké mouky, libeček, strouhanka, pepř, sůl.

Porce cejna narovnáme do vymazané ohnivzdorné misky. Osolíme je, opepříme, zalijeme vínem a posypeme nadrobno nakrájeným libečkem nebo celerovou natí. Misku přiklopíme a pečeme v dobře vyhřáté troubě 10 - 15 minut. Z poloviny másla a mouky připravíme světlou jíšku, zředíme ji smetanou a šťávou z pečeného cejna. Povaříme, až je omáčka krémovitě hustá. Nalijeme ji na cejna, posypeme strouhankou, poklademe vločkami másla a zapečeme v troubě nebo pod grilem.

11. Cejn na bylinkách

Cejn 1 ks, citronová šťáva, máslo 100 g, šalvěj 1 snítka, sůl, pepř mletý

Porce ryby potřete solí a pepřem a zakapejte citronovou šťávou. Nechte chvíli odležet. Mezitím prohřejte v másle lístky šalvěje či rozmarýnu. Přidejte kousky ryby a pozvolna opékejte z obou stran dozlatova. Podávejte s bylinkami, kousky citronu a bramborami, přelité zlatavým bylinkovým máslem.

12. Plněný cejn na grilu

3 ks cejna, sůl, 200 g žampionů, koření na ryby, 5 stroužků česneku, 2 cibule, citronová šťáva, 2 ks papriky, grilovací koření

Očištěné ryby osolíme a pokapeme citronem a necháme uležet. Mezitím si očistíme zeleninu a nakrájíme ji na kolečka. Žampiony nebo jiné houby povaříme 5 minut v osolené vodě. Hodně propláchneme studenou vodou a přidáme do misky i se zeleninou. Promícháme a okořeníme rybím kořením. Cejna posypeme ze všech stran grilovacím kořením a jeho břišní dutinu naplníme připravenou směsí. Plněného cejna zabalíme do alobalu a dáme péct na gril. Stačí deset minut z každé strany.

13. Cejn pečený s petrželkou a rajčaty

4 porce cejna, 4 rajčata, zelená petrželka 1 svazek, olej 800 ml

Do zapékací misky vsypeme jemně nasekanou petrželku. Na ni rozložíme omyté a osolené porce cejna. Rajčata omyjeme a nakrájíme na plátky, osolíme je a poklademe na porce ryby. Troubu předehřejeme na 200°C. Vše zalijeme olejem a pečeme přibližně půl hodiny.

14. Zavináče z cejnů plněné cibulí a feferonkou

4 filety z cejna, 200 g cibule, 100 g mrkve, 4 malé feferonky, 10 kuliček pepře, 4 bobkové listy, ocet a voda v poměru 1:1, cukr krupice podle chuti (cca 2 lžíce), sůl

Cejny vykostíme a maso filetů z vnitřní strany lehce nařežeme. Cibuli nakrájíme na klínky, mrkev na nudličky a vložíme doprostřed filetů, přidáme půlky feferonek, zabalíme a spícháme párátkem a naskládáme do sklenice. Do hrnce nalijeme vodu a ocet v poměru 1:1, přidáme koření, zbylé půlky feferonek, osolíme a krátce převaříme. Ještě teplým nálevem zavináče zalijeme a necháme otevřené vychladnout. Sklenici uzavřeme a vložíme na týden do lednice.

15. Cejn pečený v alobalu

800 g cejna, 30 g másla, citronová šťáva, čerstvá petrželka, sůl, alobal

Očištěné půlky cejna zakápneme citronovou šťávou, potřeme máslem a hustě posypeme čerstvě nasekanou petrželkou. Maso dobře zabalíme do alobalu a dáme péci do trouby vyhřáté na 200 °C, tak na 20 minut.

16. Cejn po Řecku

800 g cejna, 80 g oleje, 60 g kečupu, 10 g cukru, 50 ml červeného vína, 1 ks větší cibule, voda, sůl

Osolené půlky ryb opečeme v rozpáleném oleji po obou stranách do červena. Ryby vyjmeme, přidáme nadrobno nakrájenou cibuli, kečup, cukr a sůl, podle potřeby dolijeme horkou vodou a dusíme asi 15 minut. Do omáčky vložíme opečeného cejna, přilijeme víno a vše krátce povaříme.

17. Cejn s kari

800 g cejna, 100 g oleje, 10 g kari koření, 2 ks cibule, sůl

Porce cejna osolíme, posypeme kari kořením a necháme asi 40 minut odležet. V rozpáleném oleji rybu po obou stranách opečeme, pak ji vyjmeme a uchováme v teple. Ve zbytku oleje orestujeme oloupanou, na kolečka nakrájenou cibuli. Porce opečeného cejna vyskládáme na přehřáté talíře a obložíme připravenou orestovanou cibulí.

18. Grilovaný cejn s pikantní omáčkou

800 g cejna, 40 g oleje, citronová šťáva, sůl. Na omáčku: 100 g majonézy, 10 g sardelové pasty, 10 g plnotučné nebo dijonské hořčice, 1 ks menší sladkokyselé okurky, citronová kůra, petrželka, pepř, sůl

Očištěného, vykuchaného a pod tekoucí vodou opraného cejna nakrájíme na filety, ty osolíme a pokapeme citronovou šťávou, necháme asi 30 minut odležet. Jednotlivé filety potřeme olejem a dáme na dobře vyhřátý gril, s roštěm potřeným olejem, grilovat. Maso grilujeme po obou stranách (nejprve filety pokládáme kůží dolů). Hotové filety z cejna klademe na přehřáté talíře a podáváme se studenou omáčkou, kterou servírujeme v samostatných miskách. Příprava omáčky: Okurku, petrželku a citronovou kůru usekáme na jemno a smícháme s majonézou. Osolíme, dochutíme pepřem, sardelovou pastou a hořčicí. Omáčku necháme v lednici chvíli vychladit.

19. Cejn do křupava pečený

cejn velký (2 filety cca 600 g), chilli pasta domácí výroby (chilli papričky, papriková pasta, olivový olej, sůl), sůl, pepř, kmín

Cejna vykucháme, očistíme od šupin a uřízneme opatrně dva filety, kde ale ponecháme žeberní kosti. Odřízneme ploutve a ještě opětovně dočistíme. Filety cejna osolíme a potřeme chilli pastou a bohatě posypeme kmínem. Přehřejeme troubu a na plech si dáme olejem potřený pečící papír a na něj položíme oba filety. Jeden kůží nahoru a jeden kůží dolů. Dáme do trouby a pomalu pečeme úplně do lahodného křupava. Podáváme samotné nebo s čerstvým chlebem či bagetou

20. Matjesy z cejna

Rozpis na 1 sklenici: 4 ks větší filety z cejna, 1-2 dcl rostlinného oleje, několik kuliček černého pepře, bobkový list, několik kuliček nového koření, sůl

Čtyři větší filety z cejnů nakrájíme na proužky o velikosti cca 3x10 cm, vyskládáme je do sklenice, každou vrstvu hojně prosolíme. Víčkem zavřenou sklenici dáme do lednice na 7-10 dní uležet, každý den ze sklenice slijeme vodu, kterou rybí maso vyluhuje (maso můžeme i přisolit). Tak 7-10 den proužky ryb vytáhneme a pod tekoucí studenou vodou v sítu důkladně propláchneme, okapané maso necháme úplně oschnout. Olej zahřejeme na teplotu kolem 60 °C a vložíme do něj všechno koření (asi 4-6 ks kuliček černého pepře, 2-4 ks kuličky nového koření a 1 ks bobkový list), olej držíme teplý asi 5 minut, pak ho necháme úplně vychladnout. Připravené rybí proužky vyskládáme opět do sklenice, zalijeme olejem s kořením (pokud bude oleje chybět, dolijeme ho obyčejným olejem). Zavřené sklenice necháme ještě 1 týden v lednici uležet.

Doporučení: Pokud se chceme úplně zbavit kostiček, po sedmi dnech v soli maso z cejnů naložíme na tři dny do octového nálevu (1:1), pak postupujeme dále podle receptu.

21. Sekaná z cejna

600 g cejna, 150 g másla, 80 g oleje, 50 g strouhanky, 50 g krupice, 3 ks vejce, hrubá mouka, mletý zázvor, pepř, sůl

Rybu zbavíme kůže, osolíme a podusíme na másle. Maso vykostíme, umeleme a přidáme vejce, krupici a strouhanku. Směs osolíme a dochutíme pepřem a zázvorem. Máslo rozpustíme a přidáme k ostatním ingrediencím, z hmoty vytvarujeme šišku, obalíme ji v hrubé mouce a dáme na plech s olejem. V troubě vyhřáté na 190 °C pečeme 20-25 minut.

22. Cejn na tymiánu

Sůl, 1 lžička tymiánu, 80 dkg masa z cejna, 1 bobkový list, petrželka, olej, 1 lžice citronové šťávy, hl. Mouka

Koření smícháme s jemně nasekanou petrželkou, rozstrouhanou cibulí, citronovou šťávou a bobkový list, který roztlučeme. Touto směsí potřeme osušené porce cejna a necháme v chladu 2-3 hodiny proležet. Pak porce obalíme v mouce se solí a opečeme. Přílohy: brambory, chleba.

23. Cejn na koriandru

4 ks cejna, 1 ks cibule, 2 stroužky česneku, 2 ks limetky, 1 svazek čerstvého koriandru, 4 špetky soli, 4 lžice másla

Rybu nakrájejte na silnější proužky. V misce smíchejte prolisovaný česnek, nakrájenou cibuli, nakrájený koriandr, sůl a šťávu z limetek. Přidejte rybí maso, promíchejte a nechte 30 minut odpočívat. Po 30 minutách rybu pomalu opečte na másle.

24. Cejn s avokádovou salsou

800 g filet cejna, 2 avokáda, 125 g cizrny z plechovky, 250 g cherry rajčat, 2 chilli papričky, hrst koriandrových lístků, 1 lžice šťávy z limety, 2 lžice mouky, 2 lžice škumpa koření, 1 lžice rostlinného oleje

Avokáda rozkrojíme, vyjmeme pecky, vydlabeme dužinu a tu nakrájíme na kostičky. Chilli papričku rozpůlíme, vydlabeme semínka a nakrájíme na drobné kostičky. Avokádo, okapanou cizrnu, rozpůlená rajčata, chilli, koriandr a limetovou šťávu smícháme v míse a ochutíme solí a pepřem. Dáme odležet stranou. Mouku a koření škumpa smícháme na talíři spolu se solí a pepřem a ve směsi obalíme filety ryby. Na pánvi rozežřejeme olej, na něj dáme rybu, nejprve kůží dolů a z každé strany opékáme dvě minuty, až ryba trochu zhnědne. Vyjmeme a necháme okapat na kuchyňskou utěrku. Filetu dáme na talíř a navrch položíme avokádovou salsu.

25. Cejn na varšavský způsob

4 porce cejna, sůl, cibule, ½ l vody, 1 bobkový list, 3 celé pepře, 2 zrnka nového koření, 2 lžice křenu, 2 vejce, 50 g másla, petrželka

Vodu svaříme s cibulí a kořením, přidáme osolené porce cejna a vaříme 15 minut. Vařené porce upravíme na talíře, posypeme nastrohaným křenem, nadrobno nakrájenými vařenými vejci, přelijeme rozehřátým máslem a lžící vývaru. Nakonec posypeme petrželkou.

26. Cejn s rýží

500 g masa z vařeného cejna, 250 g dušené rýže, 80 g másla, 15 g hladké mouky, 2 dcl smetany, 40 g rajčatového protlaku, 30 g strouhanky, cukr, petrželka, pepř, sůl

Vařeného cejna zbavíme kůže a částečně kostí. Do zapékací misky vymazané máslem střídavě narovnáme rýži, rybí maso a opět rýži. Každou vrstvu posypeme nadrobno nakrájenou petrželkou. Ze zbylého másla a mouky připravíme světlou jíšku, zředíme smetanou, přidáme rajčatový protlak, cukr, pepř, sůl a povaříme. Hotovou omáčku nalijeme na nákyp, povrch posypeme strouhankou a pečeme ve vyhřáté troubě asi pšl hodiny.

27. Cejn na žampionech

4 porce cejna, 150 g žampionů, 80 g másla, 2 dcl smetany, 2 žloutky, 50 g nastrohaného sýra, 100 g kořenové zeleniny, ocet, sůl

Na plátky nakrájenou zeleninu povaříme se solí a octem. Přidáme porce ryby a mírně vaříme doměkka. Porce vyjmeme, stáhneme kůži a urovnáme do pekáčku, ve kterém jsou oloupané, na plátky nakrájené a podušené žampiony. Smetanu rozmícháme se žloutky a se sýrem, osolíme a nalijeme na porce cejna. Poklademe kousky másla a zapečeme v hodně vyhřáté troubě nebo na grilu.

28. Cejn na červeném víně

4 porce cejna, 4 lžíce oleje, 4 lžíce kečupu, 1 dcl červeného vína, citronová šťáva, 2 stroužky česneku, pepř, sůl, 1 sterilovaná okurka

Osušené a osolené porce cejna zvolna opékáme na oleji doměkka. Vyjmeme je a do výpeku přidáme kečup, víno, citronovou šťávu, česnek rozetřený se solí, pepř a převaříme. Ryby dáme na talíř, přelijeme šťávou a ozdobíme okurkou.

29. Obložený cejn s koprem

4 porce cejna, sůl, pepř, 30 g hladké mouky, olej na smažení, 40 g másla, 4 lžíce nasekaného kopru, salát z kysaného zelí. Salát: 300 g zelí, 1 cibule, cukr, sůl, voda, olej

Osušené porce cejna osolíme, opepříme, obalíme v mouce a opékáme na oleji. Dáme na talíř, posypeme koprem, přelijeme rozehrátým máslem a obložíme zelným salátem. Podáváme s opečenými brambory.

Salát: Kysané zelí překrájíme, smícháme s nadrobno nakrájenou cibulí a zalijeme marinádou z vody, soli, cukru a oleje. Promícháme a necháme uležet.

30. Pikantní pečený cejn

4 porce cejna, sardelové řezy, strouhanka, pepř, sůl, petrželka, máslo

Sardelové řezy, pepř, sůl, nakrájenou petrželku a 3 lžíce oleje utřeme. Porce mírně osoleného cejna potřeme směsí, posypeme strouhankou, 146 pokropíme rozpuštěným máslem a upečeme v troubě doměkka.

31. Pražský cejn

4 porce cejna, ¼ l mléka, sůl, pepř, hladká mouka promíchaná se strouhankou, olej na smažení

Porce cejna před obalením namočíme na 20 minut do osoleného a opepřeného mléka, Pak porce vyjmeme, obalíme ve směsi mouky a strouhanky. Smažíme na oleji dozlatova. Podáváme s bramborovým salátem.

POLÉVKY

1. Slovenská rybí polévka	str. 150	31. Letní dietní polévka z ryb	str. 155
2. Třeboňská rybí polévka	str. 150	32. Bramborová polévka s rybami	str. 156
3. Vodňanský bujón	str. 150	33. Rybí polévka pro diabetiky	str. 156
4. Chalupnická rybí polévka	str. 150	34. Děvínská polévka	str. 156
5. Pikantní kapří polévka	str. 150	35. Francouzská polévka	str. 156
6. Jistebnická polévka	str. 151	36. Bavorská polévka	str. 156
7. Kapří polévka	str. 151	37. Zadělávaná polévka	str. 157
8. Rožmberská polévka	str. 151	38. Hrachová rybí polévka	str. 157
9. Dunajská polévka	str. 151	39. Krémová rybí polévka	str. 157
10. Budapešťská polévka	str. 151	40. Polévka z ježdíků	str. 157
11. Vídeňská polévka	str. 151	41. Sevillská rybí polévka	str. 158
12. Saská polévka	str. 152	42. Madridská rybí polévka	str. 158
13. Polévka z kapra s kapáním	str. 152	43. Dalmatská rybí polévka	str. 158
14. Nitranská polévka	str. 152	44. Ucha s knedlíčky (polévka)	str. 158
15. Zaragozská kapří polévka	str. 152	45. Přesnídávková rybí polévka	str. 158
16. Kapří čorba (polévka)	str. 152	46. Rybí polévka s pikantním toastem	str. 159
17. Tlmačská rybí polévka	str. 153	47. Krémová polévka s bylinkami a knedlíčky	str. 159
18. Maďarská rybí polévka	str. 153	48. Polévka z tresky	str. 159
19. Soljanka ze štiky (polévka)	str. 153	49. Štědrovečerní polévka	str. 159
20. Starofrancouzská pstruží polévka	str. 153	50. Řecká rybí polévka	str. 160
21. Polévka z línů	str. 153	51. Staročeská rybí polévka	str. 160
22. Krémová polévka z lína	str. 154	52. Blatenská rybí polévka	str. 160
23. Rassolnik z línů (polévka)	str. 154	53. Rybí vývar	str. 160
24. Sumčí polévka	str. 154	54. Vánoční polévka	str. 160
25. Polévka Burida	str. 154	55. Kapří polévka s houbami	str. 161
26. Polévka z úhoře s rýží	str. 154	56. Rybí polévka z tolstolobika nebo amura	str. 161
27. Rybí polévka	str. 155	57. Kapří soljanka	str. 161
28. Silná rybí polévka	str. 155	58. Kapří polévka na holandský způsob	str. 161
29. Jihočeská rybí polévka	str. 155	59. Polévka z kapra s vínem	str. 161
30. Rybí polévka s hráškem	str. 155	60. Polévka z mlíčí	str. 162

- 61. Polévka z drobných rybek
- 62. Finská rybí polévka
- 63. Rybí polévka z candáta

str. 162

str. 162

str. 162

1. Slovenská rybí polévka

500 g kapřího masa, 2 hlavy, ocasy a další odřezky, světlá jíška, 100 g kořenové zeleniny, pepř, zázvor, sůl, masox, nudle

Maso vaříme v jednom litru vody asi 20 minut. Potom procedíme, vývar zahustíme světlou máslovou jíškou, přidáme kořenovou zeleninu, pepř, sůl, zázvor a masox. Po změknutí zeleniny zaváříme do polévky nudle. Nakonec přidáme pokrájené maso.

2. Třeboňská rybí polévka

150 g strouhané kořenové zeleniny, cibule, 4 kapří hlavy, 500 g kapřího mlíčí, kousek celého zázvoru, 5 pepřů, sůl, 100 g másla, smažená houska

Zeleninu na sucho osmahneme, přidáme celou cibuli, kapří hlavy bez žaber, sůl, koření a zalijeme 1,5 l vody. Vaříme 30 minut. Pak polévku přecedíme, obsah doplníme na 1,5 l, zavaříme mlíčí a vaříme dalších 15 minut. Poté polévku rozmixujeme, ochutíme čerstvým máslem a podáváme s osmaženou houskou.

3. Vodňanský bujón

1 kg kapřích hlav, kostí a odřezků, 50 g mrkve, 50 g celeru, 50 g petržele, cibule, stroužek česneku, 1/2 lžičky koriandru, sůl, 4 žloutky

Kořenovou zeleninu na hrubo nastrouháme a nasucho osmahneme, zalijeme 2 l vody, přidáme kapří hlavy, kosti a odřezky, cibuli, česnek a koriandr. Vaříme 20 minut, vývar procedíme přes pláténko, osolíme a do polévky zakvedláme syrové žloutky. Hned podáváme.

4. Chalupnická rybí polévka

2 kapří hlavy, jikry, mlíčí, ploutve, 60 g ztuženého tuku, 200 g kořenové zeleniny, 60 g hladké mouky, 2 stroužky česneku, mletý zázvor, zelená petržel, 2 osmažené žemle, sůl

Části ryb vaříme s česnekem, až jdou kosti od masa. Větší kosti vybereme, maso protlačíme cedníkem, zalijeme částí vývaru, přidáme hrubě nastrouhanou zeleninu, světlou jíšku připravenou z tuku a mouky, rozředěnou vodou a osolíme. Polévku zvolna vaříme, před skončením varu přidáme jikry a mlíčí a krátce povaříme. Hotovou polévku okořeníme zázvorem.

5. Pikantní kapří polévka

400 g kapřího vykostěného masa, hlava, ploutve, ocas, 3 sladkokyselé okurky, cibule, 20 g másla, lžička kaparů, půlka citrónu, 2 lžíce rajčatového protlaku, lžíce nakrájeného kopru, mletý pepř, sůl

Z hlavy a odřezků kapra připravíme odvar. Drobně nakrájenou cibuli zpěníme na másle do růžova, zalijeme vývarem, přidáme rajčatový protlak a povaříme. Do vroucího základu přidáme na kostky nakrájené maso, na drobno nakrájené okurky, nakrájené kapary, pepř, sůl a zvolna krátce vaříme do změknutí masa. Před podáváním ochutíme citrónem, zelenou petrželí nebo koprem.

6. Jistebnická polévka

300 g kapřích jiker, cibule, masox, 50 g másla, 2 lžíce hladké mouky, sůl, 1,5 l vývaru z ryb, 4 lžíce sterilovaného hrášku

Do procezeného vývaru přidáme strouhanou cibuli, pokrájené jikry, masox a po 10 minutách varu polévku zahustíme světlou jíškou z másla a mouky. Ještě povaříme a přidáme hrášek.

7. Kapří polévka

80 g kořenové zeleniny, 40 g másla, 50 g hladké mouky, vnitřnosti a hlava z kapra, 80 g bílého pečiva, sůl, špetka muškátového květu

Do osolené vody přidáme na nudličky nakrájenou kořenovou zeleninu a krátce povaříme. Hlavu kapra bez skřelí zalijeme vodou a zvlášť vaříme asi 10 minut. Obereme z ní maso a přidáme ho do polévky i s procezeným vývarem z hlavy. Pak polévku zahustíme žlutou jíškou, přidáme nakrájené, dobře omyté vnitřnosti, a polévku asi 1/4 hodiny povaříme. Před podáváním ji okořeníme muškátovým květem. Podáváme s osmaženou houskou.

8. Rožmberská polévka

Asi 3/4 kg kapra, 50 g másla, 50 g slaniny, 100 g kořenové zeleniny, 3 žloutky, pepř, špetka muškátového květu, sůl, 1,5 l vody

Kapra upečeme na másle a pokrájené slanině, pak kapra zbavíme kůže a kostí, umeleme ho a rozvaříme se strouhanou zeleninou, kořením a solí ve vodě. Polévku procedíme a zakvedláme žloutky rozmíchané v troše studené vody.

9. Dunajská polévka

300 g kapřích vnitřností, 50 g kapusty, 50 g celeru, 50 g petržele, lžíce strouhané cibule, 100 g předvařeného hrachu, trochu rozmarýnu, 50 g másla, 2 lžíce hladké mouky, 1 a půl litru vody

Pokrájenou zeleninu dusíme s cibulí asi 10 minut na másle, zaprášíme moukou, přidáme hrách, rozmarýn a vodu. Vše vaříme dalších 20 minut. Polévku procedíme, osolíme a ještě povaříme s pokrájenými vnitřnostmi.

10. Budapešťská polévka

1/2 kg masa bílých ryb, 200 g kapřího mlíčí, nepálivá zelená paprika, 4 rajčata, cibule, lžička sladké papriky, sůl, 1,5 l vody, těstoviny

Maso vaříme se zelenou paprikou, rajčaty a cibulí v osolené vodě. Pak polévku procedíme, ochutíme sladkou paprikou a zavaříme do ní vlasové nudle s nadrobno pokrájeným mlíčím.

11. Vídeňská polévka

1/4 kg kapřích vnitřností, 100 g vepřového mozečku, 50 g petržele, 50 g celeru, 50 g květáku, kousek mrkve, špetka muškátového květu, 50 g másla, 2 lžíce hladké mouky, 1,5 l vody

V osolené vodě vaříme pokrájenou, předem osmaženou zeleninu do měkka, přidáme umleté vnitřnosti s mozečkem bez blány a vaříme ještě asi 10 minut. Hotovou polévku okořeníme, osolíme a zapražíme světlou jíškou rozmíchanou v troše studené vody.

12. Saská polévka

400 g kapřích jiker, 2 větší cibule, špetka sladké papriky, lžice másla, lžice krupice, 1 dcl smetany, 2 žloutky, sůl, 1,5 l vody

Nadrobno nakrájenou cibuli osmahneme na másle. Postupně přidáváme krupici, papriku a jikry. Vše zalijeme vodou a 30 minut vaříme, polévku zakvedláme smetanou a žloutky, které však již nevaříme, a podle chuti osolíme.

13. Polévka z kapra s kapáním

1,5 l vody, hlava a vnitřnosti z kapra, 100 g kořenové zeleniny, cibule, masox, vejce, lžice hladké mouky, 30 g másla, petrželka

Hlavu, vnitřnosti a zeleninu vaříme ve vodě asi 1/2 hodiny, potom scedíme, znovu uvedeme do varu, přidáme masox a nakonec zavaříme jemné kapání, připravené z vejce a hladké mouky. Obrané maso z hlavy a vnitřnosti nadrobno pokrájíme do polévky, hotovou polévku zjemníme máslem a ochutíme petrželkou

14. Nitranská polévka

200 g hrachu, asi 1 kg kapřích hlav, 1/4 kg rybích vnitřností, 100 g kořenové zeleniny, 50 g másla, sůl, pepř

Hrách namočíme na několik hodin, pak ho uvaříme do měkka, prolisujeme, rozředíme studenou vodou asi na 2 litry, přidáme rybí hlavy bez žaber, strouhanou zeleninu a vaříme asi půl hodiny. Polévku pak procedíme, opepříme a osolíme, vmícháme pokrájené vnitřnosti a vaříme dále asi 15 minut.

15. Zaragozská kapří polévka

400 g kapřího masa, 3 kapří hlavy, 3 cibule, 2 stroužky česneku, 50 g másla, 3 hřebíčky, 3 bobkové listy, pepř, petrželka, sůl, 1 dcl smetany, 5 dcl bílého vína, 1 l vody

Na másle osmahneme na drobno usekanou cibuli a utřený česnek, přilijeme bílé víno a vodu, přidáme hlavy, koření, petrželku, sůl a bez pokličky vaříme asi 20 minut. Vývar procedíme a dalších 15 minut vaříme s kousky kapřího masa bez kůže a kostí. Zjemníme smetanou a podáváme s kostičkami na oleji osmahlého chleba.

16. Kapří čorba (polévka)

400 g kapra, 50 g cibule, 10 kořenové zeleniny, 50 g másla, lžice hladké mouky, lžice rajského protlaku, 2 dcl smetany, citrónová šťáva, sůl, 1,5 dcl vody.

Nastrouhanou zeleninu osmahneme na másle, přidáme protlak, sůl, horkou vodu a vše 20 minut vaříme. Polévku procedíme, vložíme do ní nakrájené kapří maso bez kůže a kostí, zalijeme smetanou s rozkvedlanou moukou a vaříme dalších 15 minut, podle chuti přidáme citrónovou šťávu a podáváme.

17. Timačská rybí polévka

600 g kapřích hlav a kostí, 400 g kapřího masa, 200 g kapřích vnitřností, 30 g cibule, 2 stroužky česneku, 150 g kořenové zeleniny, lžička sladké a půl lžičky pálivé papriky, půl lžičky pepře, sůl, 200 g brambor, 2 dcl bílého vína, 30 g sádla, 30 g hladké mouky

Hlavy a kosti vaříme s cibulí a česnekem asi 25 minut, pak vývar procedíme, přidáme ustrouhanou zeleninu, pokrájené maso bez kostí, pokrájené vnitřnosti a brambory, koření, sůl a vše vaříme ještě 20 minut. Polévku rozředíme vínem, podle potřeby ještě trochou horké vody na obsah 1,5 l a zahustíme světlou jíškou.

18. Maďarská rybí polévka

100 g kapřích hlav, 100 g kapra, 100 g štiky, 100 g sumce, 100 g candáta, 100 g kapřích vnitřností, půl zelené papriky, rajče, 50 g cibule, půl lžičky pálivé papriky, špetka vegety, sůl, 1 dcl smetany

Rybí hlavy vaříme v osolené vodě s cibulí a pálivou paprikou 40 minut. Vývar procedíme (má ho být litr) na osolené vykostěné kousky ryb. Přidáme nakrájené vnitřnosti, na nudličky nakrájenou papriku a rajče, vegetu a smetanu. Vaříme dalších 15 minut.

19. Soljanka ze štiky (polévka)

600 g štičího masa, 50 g másla, 50 g cibule, 50 g kyselých okurek, 1 rajče, lžice kaparů, 8 oliv, lžice citrónové šťávy, špetka citrónové kůry, pepř, sůl, 1,5 l vody

Z rybího masa připravíme vývar. Nakrájenou cibuli osmahneme na másle, přidáme nakrájené rajče, okurky, vypeckované olivy, kapary, zalijeme vývarem a vaříme 20 minut, ochutíme solí, pepřem, citrónovou šťávou a kůrou.

20. Starofrancouzská pstruží polévka

600 g pstruhů, 1 l silného hovězího vývaru, 2 dcl madeiry, špetka estragonu, sůl, máslo, žemle

Pstruhy podusíme na másle, stáhneme, vykostíme, nakrájíme a zamícháme do osoleného a madeirou ochuceného vývaru. Odstavíme, přes noc uložíme do lednice, druhý den podáváme ohřátou polévku s čerstvým estragonem a osmaženou žemlí.

21. Polévka z línů

Asi 1/2 kg línů, kořenová zelenina, květák, cibule, 60 g másla, 2 lžice mouky na jíšku, pepř, muškátový květ, žloutek, petrželka, smažená houska

Líny rozkrájíme na kousky a vaříme. Na nudličky rozkrájíme kořenovou zeleninu, cibuli a kousek kvěťáku a přidáme k rybě. Z másla a mouky uděláme světlou jíšku, přidáme do polévky, maso z línů do ní protlačíme. Polévku osolíme, opepříme, přidáme trochu muškátového květu, povaříme a zahustíme žloutkem. Od této chvíle se polévka již nesmí vařit. Nakonec ochutíme petrželkou.

22. Krémová polévka z lína

1/2 kg lína, sůl, 50 g másla, 50 g hladké mouky, půl lžičky pepře, 1 dcl vína Madeira, 1,5 l vody

Rybu vložíme do studené osolené vody a vaříme asi půl hodiny. Vývar procedíme, zahustíme světlou jíškou z mouky a másla, opepříme a ve vývaru rozmixujeme maso lína bez kostí a kůže, před podáváním přidáme víno.

23. Rassolnik z línů (polévka)

600 g línů, 50 g krup, 100 g brambor, po lžici strouhané mrkve, cibule a petržele, kyselá okurka, lžíce petrželové natě, pepř, sůl, 1,5 l vody

Líny uvaříme v osolené vodě, vývar procedíme, přidáme zeleninu, nakrájené brambory, horkou vodou propláchnuté kroupy a vaříme 30 minut. Nakonec do polévky zamícháme nakrájenou kyselou okurku bez jadérek, kůže i kostí zbavené maso línů a prohřejeme.

24. Sumčí polévka

1 kg rybích hlav a kostí, 300 g sumčího masa, 1/2 l oleje, 100 g cibule, 10 pepřů, 200 g rajčat, 50 g petržele, petrželová a celerová nať, špetka šafránu, lžíce bazalkových lístků, sůl, 2 l vody, těstoviny

Na oleji osmahneme nakrájenou cibuli, přidáme rajčata a pepř, strouhanou petržel, po snítce petrželové a celerové natě, hlavy a kosti, vše zalijeme vodou a asi 30 minut vaříme. Polévku procedíme, okořeníme šafránem, pokrájenými bazalkovými lístky, přidáme nadrobno pokrájené maso sumce bez kostí a kůže, sůl, těstoviny a vaříme dalších asi 10 minut.

25. Polévka Burida

300 g sumce, 50 g cibule, 50 g celeru, 2 stroužky česneku, 150 g čerstvých hub, 100 g rajčat, 1/2 dcl oleje, 1/2 lžičky pepře, 1 dcl bílého vína, lžíce citrónové šťávy, 1,5 l vody

Nastrouhanou cibuli osmahneme na oleji, přidáme nastrouhaný celer, utřený česnek, pokrájené houby a rajčata, opepříme, osolíme, zalijeme vodou a 30 minut vaříme, pak vmícháme sumčí maso bez kůže a kostí a vaříme ještě asi 10 minut. Polévku dochutíme vínem a citrónovou šťávou.

26. Polévka z úhoře s rýží

500 g úhoře, 3 stroužky česneku, 250 g rajčat, 2 lžíce oleje, 70 g rýže, sůl

Ze staženého úhoře odstraníme páteř a nakrájíme ho na malé kousky, zalijeme vodou a osolíme, přidáme rýži, česnek utřený se solí, páteř a kůži z úhoře a později nakrájená rajčata. Několik minut vaříme, přidáme olej a vaříme přiklopené tak dlouho, aby rýže změkla. Z hotové polévky vyjmeme páteř a kůži.

27. Rybí polévka

2 rybí hlavy a vnitřnosti (nejlépe z kapra), 25 dkg kořenové zeleniny (celer, petržel, mrkev), zázvor, pepř, sůl, máslo, petrželová nať, hrách

V 1,5 l vody uvaříme dvě rybí hlavy. Na pánvi rozpálíme lžici másla a opečeme na něm nahrubo nastrouhanou kořenovou zeleninu. Zeleninu přidáme k masu a přidáme dva kousky celého zázvoru a dvě hrsti předmáčeného hrachu. Po hodině varu polévku přecedíme a do vývaru přidáme krájené rybí vnitřnosti, špetku pepře a sůl a povaříme ještě asi 15 minut. Nakonec vmícháme lžici čerstvého másla a nasekanou petrželovou nať.

28. Silná rybí polévka

Rybí hlavy, vnitřnosti, jikry, mlíčí, dvě hrsti hrachu, mrkev, petržel, tuk, mouka, sůl, pepř, polévkové koření

Hrách namočíme, uvaříme do měkka a prolisujeme. Zvlášť uvaříme rybí hlavy, když je maso měkké, obereme je a zbavíme kostí. Mrkev a petržel drobně nakrájíme a osmažíme na tuku. Zaprášíme moukou, osmahneme, zalijeme vývarem z hlav. Přidáme prolisovaný hrách, maso z rybích hlav, sůl, pepř a dobře povaříme. Ke konci varu přidáme jikry a mlíčí a vaříme ještě 10 minut. Okořeníme polévkovým kořením a zelenou petrželkou a podáváme s osmaženou žemlí.

29. Jihočeská rybí polévka

100 g celeru, 50 g petržele, 50 g mrkve, 100 g másla, předvařený hrách, kousek celého zázvoru, 20 pepřů, 5 rybích hlav, 500 g rybích vnitřností, máslová jíška, sůl

Zeleninu nastrouháme a prudce osmahneme na másle. Přilijeme 1,5 l vody, přidáme hrst hrachu, koření, cibuli, rybí hlavy a vaříme 30 minut. Polévku přecedíme, zahustíme světlou jíškou, přidáme pokrájené vnitřnosti a ještě 20 minut povaříme.

30. Rybí polévka s hráškem

500 g rybích vnitřností, 4 lžice másla, 2 vejce, 100 g loupaného hrachu, světlá jíška, mrkev, petržel, celer, 200 g květáku, zelená petržel, 1 žemle, mletý pepř, zázvor, sůl

Kořenovou zeleninu nakrájíme na slabé nudličky a osmahneme v hrnci, v němž budeme polévku vařit. Jakmile zelenina vsákne tuk, přidáme vodu a na růžičky rozebraný květák. Po přidání světlé jíšky vaříme za častého šlehání metlou asi hodinu. Uvařený hrách pak protlačíme sítem do polévky, rybí vnitřnosti přidáme do téměř hotové polévky a jen krátce povaříme. Polévku podle chuti okořeníme, před podáváním protřeme sítkem dva vařené žloutky. Na talíře dáme na kostičky rozkrájené a osmahlé žemle, lžičku nakrájené petrželky a přelijeme horkou polévkou.

31. Letní dietní polévka z ryb

Vývar z hlavy a kostí ryb, 150 g rybího masa, 20 g mrkve, 20 g celeru, 20 g květáku, 20 g cibule, 60 g rajčat, 1 bílek, mletý pepř, sůl, polévkové koření, lžice octa, sůl

Do procezeného vývaru dáme vařit kousky rybího masa současně s cibulí a na malé kostičky nakrájenou zeleninu. Ke konci varu přidáme oloupaná rajčata. Hotovou polévku zahustíme rozšlehaným bílkem a podle chuti ochutíme polévkovým kořením a octem.

32. Bramborová polévka s rybami

1 kg hlav z ryb, 1/2 kg brambor, 100 g kořenové zeleniny, cibule, lžíce másla, mletá paprika sladká, bobkový list, zelená petržel, 1,5 l vývaru, sůl

Hlavy rozpůlíme, odstraníme žábry, ponoříme krátce do horké vody, opláchneme, vložíme do hrnce a vaříme asi půl hodiny. Vývar scedíme. Částečně vychladlé hlavy rozebereme a kousky masa dáme před podáváním do vývaru. Drobně nakrájenou cibuli a nakrájenou kořenovou zeleninu osmažíme na másle. Oloupané brambory nakrájíme na menší kostky a vložíme do vroucího scezeného vývaru, přidáme osmaženou zeleninu, bobkový list, papriku, sůl a vaříme asi půl hodiny. Do jednotlivých porcí přidáme zelenou petrželku až do talířů.

33. Rybí polévka pro diabetiky

2 rybí hlavy, ploutve, ocasy, 60 g kořenové zeleniny, 2 kávové lžičky oleje, kávová lžička krupice, muškátový květ, vejce, zelená petržel, sůl

Drobně nakrájenou zeleninu osmažíme na oleji a zalijeme trochou vody. Osolíme, uvaříme do měkka, zředíme vývarem z hlavy, zavaříme krupici, přidáme maso z hlavy a asi 10 minut povaříme. Okořeníme muškátem, zelenou petrželkou, zjemníme vejcem a ihned podáváme.

34. Děvínská polévka

1/2 kg štičího masa, řapík satirejky (nesmí se krájet), 50 g másla, 2 lžíce hladké mouky, sůl, 1,5 l vody

Maso se satirejkou vaříme asi 30 minut ve slané vodě. Maso pak vykostíme, 2/3 masa umeleme a vrátíme do vývaru. Přidáme světlou jíšku z másla a mouky a nakonec přidáme zbylé kousky masa.

35. Francouzská polévka

1 kg masa sladkovodních ryb, cibule, rajče, stroužek česneku, snítka petržele, tenké kolečko citrónu, špetka pomerančové kůry, bobkový list, 2 nová koření, 5 pepřů, 2 dcl bílého vína, 1/2 dcl oleje, sůl, osmažená žemle, 1,5 l vody

Všechny suroviny asi hodinu vaříme, pak vývar procedíme, doplníme vroucí vodou na 1,5 litru a čistý vývar podáváme s osmaženou žemlí.

36. Bavorská polévka

1/2 kg masa z bílých ryb, 4 žampiony, cibule, 2 žemle, pepř, 1 mletý hřebíček, 1,5 l vody, 50 g čerstvého másla

Vše, mimo másla, povaříme asi 1/2 hodiny, pak polévku procedíme, vrátíme do ní žampiony, které jsme pokrájeli, a kousky vykostěného rybího masa. Na každý talíř dáme kousek másla a horkou polévkou ho zalijeme.

37. Zadělávaná polévka

1,5 l vody, 1/2 kg drobných ryb, lžíce octa, stroužek česneku, 20 g másla, 30 g hladké mouky, cibule, celer, žemle, 1 dcl mléka, natvrdo vařený žloutek, paprika, 2 lžičky rajčatového protlaku, petrželka, 60 g sterilovaného hrášku, 1 celá a 2 na kostičky nakrájené a na másle osmažené žemle

Rybky vložíme do hrnce, zalijeme vodou, osolíme, přidáme česnek, nakrájenou a na másle podušenou cibuli s celerem, ocet a vaříme asi 10 minut. Pak scedíme, rybky vyjmeme, maso obereme, přidáme k němu zeleninu, prolisovaný žloutek, v mléce namočenou a dobře vymačkanou žemli, rajčatový protlak a mletou papriku. Vše promícháme a umeleme. Připravíme si světlou jíšku z mouky a másla, přidáme k ní umletou směs, zalijeme procezeným vývarem z ryb a dobře povaříme. Do hotové polévky přidáme hrášek a sekanou petrželku. Podáváme s osmaženou žemlí.

38. Hrachová rybí polévka

1,5 l vody, 50 g odřezků z ryb, hrst hrachu, 50 g másla, 2 lžíce mouky, 100 g kořenové zeleniny, cibule, 2 housky, mletý pepř, majoránka, petrželka, sůl, žemle

Předem namočený hrách uvaříme do měkka. Zvláště uvaříme ve slané vodě odřezky z ryb, kořenovou zeleninu a cibuli. Měkký hrách prolisujeme, zalijeme vývarem z ryb a zeleniny, zahustíme máslovou jíškou a dobře povaříme, okořeníme majoránkou a pepřem. Do hotové polévky vložíme obrané, usekané maso z rybích odřezků, nakrájené vařené mlíčí nebo jikry a usekanou petrželku. Podáváme s kostičkami osmažené žemle.

39. Krémová rybí polévka

1,5 l vody, 3/4 kg rybích odřezků, sůl, bobkový list, 3 celé pepře, 3 nová koření, 100 g kořenové zeleniny, 20 g másla a 30 g hladké mouky na jíšku, v mléce namočená žemle, natvrdo vařený žloutek, 1 dcl smetany, petrželka, muškátový květ

Do hrnce dáme vodu, rybí odřezky, koření, sůl, kořenovou zeleninu a půl hodiny vaříme. Vývar scedíme, zahustíme světlou jíškou a provaříme. Maso obereme od kostí, přidáme v mléce namočenou žemli, prolisovaný žloutek a vše umeleme. Tuto kaši vmícháme do polévky, povaříme a zjemníme smetanou, ochutíme květem a petrželkou.

40. Polévka z ježdíků

1 kg ježdíků, 2 stroužky česneku, cibule, celer, petržel, mrkev, 3 lžíce oleje, 6 rajčat, bobkový list, 2 dcl bílého vína, mletý pepř, zelená petržel, sůl.

Ježdíky nakrájíme na kostky, zbavíme kostí, přidáme nadrobno nakrájenou cibuli a kořenovou zeleninu, česnek utřený se solí, bobkový list, nakrájená rajčata, víno olej, mletý pepř a zalijeme vodou. Přiklopené dusíme v troubě asi půl hodiny. Před podáváním odstraníme bobkový list, podle potřeby přidáme trochu vroucí vody, přivedeme k varu, přidáme usekanou zelenou petržel. Podáváme se slaným bílým pečivem nebo česnekovou topinkou.

41. Sevillská rybí polévka

800 g sladkovodních ryb, cibule, rajče, 50 g pórku, 2 stroužky česneku, 4 lžíce oleje, bobkový list, špetka citrónové kůry, špetka pomerančové kůry, špetka šafránu, sůl, 1,5 l vody, 200 g tvrdého sýra, makarony.

V hrnci rozpálíme olej, na něm osmahneme šafrán, pokrájenou cibuli, rajče, pórek a utřený česnek, přidáme pepř, sůl, rozdrobený bobkový list, pokrájenou rybu a vše vaříme 20 minut. Vývar přecedíme, zavaříme do něj makarony. Na talíře rozdělíme nastrouhaný sýr, horkou polévkou ho zalijeme a ihned podáváme.

42. Madridská rybí polévka

300 g sladkovodních ryb, 400 g rybích hlav, 1/2 kg rajčat, 2 cibule, 2 stroužky česneku, 3 bobkové listy, sůl, pepř, 5 lžic oleje, šťáva z 1 citrónu, 1,5 l vody, petrželka.

Hlavy vaříme ve slané vodě asi 20 minut, na rozpáleném oleji osmahneme nastrouhanou cibuli, utřený česnek, nakrájená rajčata, přilijeme procezený vývar z hlav, citrónovou šťávu a na počátku varu do polévky vmícháme kousky pokrájených ryb bez kůže a kostí. Po dalších 20 minutách varu podáváme s usekanou petrželkou.

43. Dalmatská rybí polévka

1/2 kg sladkovodních ryb, 100 g rajčat, 50 g cibule, 1 dcl bílého vína, 1/2 dcl oleje, 10 zrníček pepře, sůl, 1 l vody, 50 g předvažené rýže

Všechny přísady, mimo rýže, vaříme 20 minut, vývar procedíme, horkou vodou doplníme na 1 litr, zavaříme předvaženou rýži a po 5 minutách přidáme část vykostěného rybiho masa, které jsme na polévku vařili.

44. Ucha s knedlíčky (polévka)

600 g ouklejí, 100 g brambor, 100 g rajčat, lžíce nakrájené cibule, 5 pepřů, 3 nová koření, sůl, 1 l vody, 3 dcl nálevu z okurek, na knedlíčky: 100 g kapřích jiker, 2 lžíce strouhanky, lžíce strouhané cibule, lžíce másla, vejce, sůl, muškátový oříšek, podle potřeby smetana

Oukleje zalijeme studenou vodou, osolíme, okořeníme a vaříme s brambory, rajčaty a cibulí 3/4 hodiny. Vývar procedíme a propasírujeme sítím. Jikry umeleme s cibulí, přidáme ostatní suroviny na knedlíčky a malé knedlíčky vaříme v polévce 5 minut.

45. Přesnídávková rybí polévka

1/2 kg masa sladkovodních ryb, kolečko citrónu, 2 lžíce octa, 2 cibule, 2 karotky, 2 brambory, pórek, zelená paprika, stroužek česneku, kousek feferonky, 50 g másla, 1 dcl bílého vína, bobkový list, sůl, 1,5 l vody.

Rybu uvaříme ve vodě s citrónem, solí a octem. Na másle osmahneme nahrubo nastrouhanou zeleninu včetně brambor, přidáme vykostěné maso s vývarem, víno, utřený česnek, rozdrčený bobkový list, dosolíme a vaříme ještě 20 minut.

46. Rybí polévka s pikantním toastem

500 g rajčat, 100 g mrkve, 100 g celeru, 100 g póрку, 30 g másla, 2 stroužky česneku, 1 l rybího vývaru, 200 g rybího filé, sůl a pepř

Vývar uvaříme z 2 l vody, 1 svazku petrželky, 2 stroužků česneku, 3 stonků tymiánu, 2 cibulí, 2 kg rybích hlav a vnitřností. Vaříme 20 – 30 minut. Po uvaření přecedíme. Rajčata ponoříme do vroucí vody, oloupejme, nakrájíme na čtvrtky, odstraníme semínka a jemně nasekejme. Očištěnou zeleninu nakrájíme na nudličky. Máslo rozpustíme, mrkev a celer poduste do sklovita. Přidejme rajčata, vývar a vaříme 5 minut. Polévku osolíme a opepříme. Přidejme pórek a necháme přejít varem. Rybu nakrájíme na 2 cm kousky, vložíme do polévky, přikryjeme a mimo plotýnku necháme 10 minut dojít.

47. Krémová polévka s bylinkami a rybími knedlíčky

200 g filetů ze pstruha nebo tresky, 1 vejce, bílý pepř, 1/8 l vychlazené šlehačky, 50 g másla, 100 g cibulových kroužků, 500 g rybích kostí a hlav, 1 bobkový list, 2 stonky tymiánu, 4 lžíce petrželky, 2 lžíce bazalky, 1 lžička kerblíku, 1/2 lžičky estragonu nebo libečku, 150 g vařených brambor, sůl, 1/2 masoxu

Rybu nakrájíme na kostky, smícháme s vejcem, pepřem a šlehačkou a vychladíme. Potom s 25 g měkkého másla jemně rozmixujeme a dochuťme. Cibuli poduste na 25 g másla do žluta, doplňte 1 l vody. Vložte rybí kosti, hlavy bez žaber, bobkový list, tymián a stonky bylinek. Vaříme 20 minut. A pak přecedíme. Brambory prolisujeme, s vývarem uvaříme krémovou polévku. Osolíme, opepříme a ochuťme masoxem. Z vychlazené masové směsi vykrajujeme knedlíčky lžičkou, vkládáme do polévky a uvaříme. Přidejme bylinky.

48. Polévka z tresky

30 dkg filé z tresky, 50 g másla, 2 cibule, 1 mrkev, 3 rajčata, 2 papriky, malý rajský protlak, sůl, pepř, 1 citron, 3 lžíce oleje, kopr, petrželka, 100 ml kysané smetany

Cibuli orestujeme na tuku, přidáme oloupaná a pokrájená rajčata, kousky papriky a na nudličky krájenou mrkev. Chvilku restujeme, přidáme protlak, promícháme a zalijeme vývarem z tresky. Osolíme a přidáme dva plátky citronu. Zakápneme šťávou ze zbylého citronu a zvolna necháme vařit. V pánvi na másle opečeme osolené kousky rybího filé. Ty pak vložíme do polévky a krátce povaříme. Z hotové polévky vyjmeme před podáváním plátky citrónů, porce popepříme a doplníme lžící kysané smetany. Zdobíme sekaným koprem a petrželkou.

49. Štědrovečerní polévka

2 l vody, rybí maso, vnitřnosti, mlíčí a jikry, bobkový list, kuličky pepře, 3 éé g kořenové zeleniny, 100 g másla, 2 lžíce hladké mouky, petrželka

Rybí maso a vnitřnosti vaříme asi 20 minut ve vodě s kořením. Vývar přecedíme, necháme vychladnout, maso obereme z kostí a nakrájíme. Měkkou zeleninu lehce osmahneme na másle, zasypeme moukou a zalijeme vychladlým vývarem. Povaříme na hustou hladkou polévku do níž vložíme kousky masa. Podáváme s kostičkami osmaženého chleba nebo večky a ozdobené petrželkou.

50. Řecká rybí polévka

600 g mořské nebo jiné ryby, 1 cibule, 2 lžíce hladké mouky, 2 lžíce oleje, 1 rajský protlak, 4 lžíce smetany, 1 pórek, 1/4 celeru, sůl, bobkový list, celý pepř, mletý pepř, 1 stroužek česneku, olej

Rybu nakrájíme na porce a vykostíme, zalijeme vodou, přidáme hlavu i kůži z ryby, nakrájenou zeleninu, cibuli, koření, sůl a vaříme až je rybí maso měkké. Pak rybu vyndáme, vývar přecedíme a z oleje a mouky připravíme jíšku, kterou vývar zahustíme. Asi 20 min povaříme. Pak vmícháme rajčatový protlak, strouhaný česnek a smetanu. Hotovou polévkou zaléváme porce ryby na talíři. Podáváme s bílým opečeným chlebem.

51. Staročeská rybí polévka

400 g rybího ořezu, 200 g rybích vnitřností, 150 g kořenové zeleniny, 1 cibule, sůl, divoké koření, 100 g žlutého hrachu, 100 ml smetany ke šlehání, 50 g másla, houska na osmažení

Ořez z kapra povaříme v osolené vodě s divokým kořením, v jiné nádobě uvaříme rybí vnitřnosti. Oba vývary scedíme a rozmixujeme v nich uvařený hrách. Vložíme pokrájenou kořenovou zeleninu opečenou na másle, pokrájené rybí vnitřnosti a obrané maso z ořezu. Krátce povaříme a zjemníme smetanou. Podáváme s houskou opékanou na másle.

52. Blatenská rybí polévka

500 g odřezků z ryb, 1 cibule, 100 g kořenové zeleniny, 40 g přepuštěného másla, 2 vejce, 70 g krupice, libeček, celerová nať, kopr, zelená petrželka, sůl

Rybí odřezky vaříme zvolna v osolené vodě spolu s cibulí a svazkem zelených bylinek. Do scezeného vývaru pak zaváříme krupicové noky připravené z osmažené zeleniny, vejce, krupice a soli. Těsně před podáním přidáme nasekanou petrželovou nať.

53. Rybí vývar

2,5 l vody, 1 kg rybích hlav (bez žaber) a odřezků, 150 g zeleniny (mrkev, celer, petržel), 80 g cibule, sůl, 1 bobkový list, 15 zrněk peře, 6 zrněk nového koření, tymián

Kapří hlavy a odřezky omyjeme, hlavy rozpůlíme, přidáme na kolečka nakrájenou zeleninu i s cibulí, sůl, koření, zalijeme vodou a vaříme pomalým varem 20 minut. Hotový rybí vývar přecedíme a používáme k přípravě čirých i zadělávaných rybích polévek, rybích omáček a rybích rosolů.

54. Vánoční polévka

2 kapří hlavy, odřezky, jikry a mlíčí, jedlé vnitřnosti, 1 cibule, 150 g másla, 300 g kořenové zeleniny, pepř, muškátový květ, sůl, 50 g másla a 50 g hladké mouky na jíšku, petrželka

Nastrouhanou kořenovou zeleninu a jemno pokrájenou cibuli osmažíme na másle. Zhnědlou zeleninu zalijeme vodou a přidáme hlavy a odřezky z kapra. Vše vaříme asi 20 minut. Polévku přecedíme, osolíme, ochutíme pepřem a muškátovým květem. Zahustíme světlou jíškou, vložíme jikry, mlíčí a vnitřnosti a ještě cca 10 minut povaříme. Odstavíme, přidáme obrané maso z hlav a odřezků, petrželovou nať a podáváme s na másle osmaženými kostičkami housky.

55. Kapří polévka s houbami

250 g kapřího masa, 120 g másla, 50 g cibule, 150 g hub, sůl, mletý pepř, trochu kmínu, petrželka, 40 g hladké mouky, 1 litr vody nebo rybího vývaru, 2 dcl smetany, 6 lžic bílého vína

Rybí maso osolíme, na části másla opečeme, pak vykostíme a nakrájíme. Na zbylém másle zpěníme drobně nakrájenou cibuli a jemně nasekanou petrželku, k tomu přidáme očištěné a na plátky nakrájené houby, osolíme, opepříme, okmínujeme a asi 5 minut podusíme. Podušené houby zaprášíme moukou, osmahneme, podlijeme vodou nebo vývarem a smetanou, dobře rozšleháme a asi 10 minut povaříme. Vložíme opečené nakrájené kapří maso, víno, podle chuti přikořeníme, necháme přejít varem a podáváme.

56. Rybí polévka z tolstolobika nebo amura

0,75 l vody, 400 g rybího masa, sůl, 1 menší cibule, 2 mrkve, dílek petržele a celeru, 3 bobkové listy, 3 zrnka celého pepře, 30 g másla, a 30 g hladké mouky na jíšku, 0,25 l sladké smetany, 2 žloutky, lžička octa, 2 lžice citronové šťávy, pažitka, 2 žemle a máslo na jejich osmažení

Rybí maso dáme do vody, přidáme sůl, cibuli a zeleninu vcelku, bobkový list, pepř a vaříme doměkka. Přecedíme, rybu vykostíme a nakrájíme, vývar zahustíme tmavší jíškou, přidáme vařenou nakrájenou mrkev a povaříme. Smetanu rozkvedláme se žloutky a přilijeme do polévky, krátce zahřejeme. Přidáme ocet, citronovou šťávu, vložíme nakrájené rybí maso a dosolíme. Zdobíme petrželkou a smaženou žemlí.

57. Kapří soljanka

1,5 l rybího vývaru, sůl, 600 g vykostěného kapřího masa, 12 oliv, 30 g kaparů, 6 koleček citronu, petrželka

Nakrájené rybí maso osolíme, zalijeme asi 0,25 l rybího vývaru a zvolna vaříme asi 15 minut. Uvařené kapří maso rozdělíme do šesti polévkových talířů, přelijeme zbylým horkým rybím vývarem, do každé porce vložíme dvě vypeckované olivy, několik kaparů, kolečko citronu a posypeme petrželkou.

58. Kapří polévka na holandský způsob

1,25 l vody, lžice citronové šťávy, 50 g cibule, bobkový list, 8 zrněk pepře a nového koření, tymián, sůl, 400 g kapřího masa, 40 g másla, 30 g hladké mouky, 100 g mrkve, 1 pórek, 80 g sterilovaného hrášku, půl citronu, mletý pepř, 60 g vlasových nudlí

Do vody s octem dáme cibuli, koření, sůl a vaříme 15 minut. Do vývaru vložíme kapří maso a vaříme 20 minut. Uvařené maso vyjmeme, vykostíme a nakrájíme. Připravíme světlou jíšku, pak zředíme vývarem, prošleháme, přidáme na nudličky nakrájenou mrkev a pórek a povaříme. K měkké zelenině přidáme hrášek, pepř, sůl a zavaříme nudle. Přidáme kapří maso a prohřejeme. Zakápneme citronem.

59. Polévka z kapra s vínem

4 kapří hlavy, ocasy, ploutve a odřezky, jikry a mlíčí, 2 cibule, několik zrněk pepře, bobkový list, 1 stroužek česneku, sůl, tymián, vinný ocet, 100 g sádla, 50 g hladké mouky, 2 kostky cukru, 200 g nahrubo nastrouhané zeleniny, 1 pórek, 0,25 l červeného vína

Do 1,5 l studené vody vložíme kapří ingredience, nahrubo nakrájenou cibuli, celý pepř, bobkový list, stroužek česneku, tymián, sůl, vinný ocet a vaříme cca 30 minut. Na sádle osmahneme dozlatova housku se 2 kostkami cukru, přidáme nastrouhanou zeleninu, víno, přivedeme do varu a zalijeme rybím vývarem. Na mírném ohni vaříme cca 20 minut, provaříme a zredukujeme na 2/3. Před koncem varu vložíme jikry a mlíčí a nakonec obrané a nakrájené rybí maso. Polévku podáváme s osmaženou houskou nakrájenou na kostičky.

60. Polévka z mlíčí

400 g mlíčí, 3 lžíce oleje, 1 cibule, malý kousek celeru, 1 stroužek česneku, 700 g měkkých rajčat, 1 ½ sklenky bílého vína, pepř, sůl, petrželka, citronová kůra

Na oleji osmažíme cibuli nakrájenou na plátky, přidáme nadrobno nakrájený celer, na plátky nakrájený česnek a oloupaná a nakrájená rajčata. Okořeníme solí a pepřem a 4 minuty podusíme. Pak přidáme víno, přiklopíme a dusíme, až jsou rajčata měkká a rozdušená na kaši. Přilijeme horkou vodu, převaríme a přidáme na kousky nakrájené mlíčí. Opatrně uvaříme, abychom ho nerozvařili. Nakonec přidáme nadrobno nakrájenou petrželku, trochu citronové kůry a dochutíme. Podáváme s opečeným chlebem nebo s jiným pečivem.

61. Polévka z drobných rybek

600 g drobných rybek, 1 cibule, 1 rajče, 3 stroužky česneku, bobkový list, kousek citronové a pomerančové kůry, 4 lžíce oleje, 1 ¼ l vody, pepř, sůl, petrželka, žloutek

Na oleji zpěníme cibuli, stroužek česneku, přidáme rajče, koření, citronovou a pomerančovou kůru, zalijeme vodou a vložíme ryby. Vaříme 15 minut. Vývar procedíme, ryby vyndáme a zeleninu prolisujeme. Část masa z ryb dáme stranou, ostatní taky prolisujeme, aby na cedníku zbyly jen kosti. Do vývaru přidáme utřený česnek se solí, kousky masa z ryb a provaříme. Do prochládlé polévky vmícháme žloutek a nadrobno nakrájenou petrželku. Podáváme s osmaženou houskou.

62. Finská polévka

450 g drobných rybek, 5 brambor, voda, 1 l mléka, 1 cibule, lžička másla, 40 g másla, 30 g hladké mouky, pepř, sůl, petrželka

Očištěné ryby a brambory zalijeme vodou, osolíme a uvaříme doměkka. Z másla a mouky připravíme světlou jíšku, zředíme ji mlékem a povaříme. Do vývaru prolisujeme brambory a ryby, okořeníme pepřem a solí, podle chuti přidáme polévkové koření. Do hotové polévky přidáme osmaženou cibuli a nadrobno nakrájenou petrželku.

63. Rybí polévka z candáta

Odřezky z ryby a porce masa, 1 ¼ l vody, 1 mrkev, kousek celeru, 1 stroužek česneku, sklenka bílého vína, 2 lžíce strouhanky, 2 dcl smetany, fenykl, majoránka, petrželka, muškátový květ, pepř, sůl

Rybu, zeleninu, koření a víno zalijeme studenou vodou, osolíme a vaříme 25-30 minut. Polévku přecedíme a větší kousky zeleniny prolisujeme. Maso vykostíme a rozetřeme se strouhankou, přidáme do polévky, rozmícháme, přivedeme k varu, zalijeme smetanou, okořeníme, zjemníme žloutky a již nevaříme. Přidáme na jemno nakrájenou petrželku.

OSTATNÍ

1. Jelec nadívaný zeleninou	str. 166	31. Rybí soljanka	str. 171
2. Ryby v těstíčku	str. 166	32. Rybí běloruské krokety	str. 171
3. Ryba na zázvoru	str. 166	33. Ryba po Rusku	str. 171
4. Karacsonyi jóstag (vánoční dobrotá)	str. 166	34. Křupavé rybky	str. 172
5. Štěpánská rybí huspenina	str. 166	35. Drobné ryby na sádle	str. 172
6. Haltorma	str. 167	36. Ryba s pomeranči	str. 172
7. Royal aspik	str. 167	37. Kyselo z ryb	str. 172
8. Rybí noky	str. 167	38. Parma namodro	str. 172
9. Rybí karbanátky	str. 167	39. Ukrajinský bolen se zeleninou	str. 173
10. Tajemství hotelu Hilton	str. 167	40. Zapékané oukleje	str. 173
11. Rybí hemenex	str. 167	41. Pečené oukleje	str. 173
12. Rybí omeleta	str. 168	42. Oukleje smažené	str. 173
13. Rybí koblížky I	str. 168	43. Opilé oukleje	str. 173
14. Rybí koblížky II	str. 168	44. Dušení ježdíci	str. 173
15. Rybí majonéza	str. 168	45. Ježdíci na smetaně	str. 174
16. Amur na smetaně s houbami	str. 168	46. Dunajské rybí klobásy	str. 174
17. Pečená maréna	str. 168	47. Ježdíci s citrónovou omáčkou	str. 174
18. Maréna na víně	str. 169	48. Křupaví ježdíci	str. 174
19. Maréna na houbách	str. 169	49. Mřenky se sýrovou omáčkou	str. 174
20. Maréna po francouzsku	str. 169	50. Smažené střevle	str. 174
21. Tloušť s dušenými pýchavkami	str. 169	51. Rybí hamburgery	str. 175
22. Panský tloušť	str. 169	52. Rybí guláš	str. 175
23. Zavináče z bílých ryb	str. 170	53. Rajčata plněná rybou	str. 175
24. Bílé ryby grilované (dietní)	str. 170	54. Nakládáné rybky	str. 175
25. Ryba po Řecku	str. 170	55. Smažené rybičky	str. 175
26. Bílé ryby po Bulharsku	str. 170	56. Rybí pljeskavice	str. 175
27. Nakládání menších ryb do soli	str. 170	57. Rybí pizza	str. 176
28. Ryby na kmíně	str. 170	58. Bolen s baklažánem	str. 176
29. Filipínská rýže s rybou	str. 171	59. Běličky po zbojnicku	str. 176
30. Obalované grundle	str. 171	60. Ragú z ryb	str. 176

61. Rybí puding	str. 176	91. Pečená treska	str. 182
62. Perlín v alobalu	str. 176	92. Dušené dary moře	str. 182
63. Montrealský mník	str. 177	93. Zapečená treska s jablkovým křenem	str. 183
64. Mník na víně	str. 177	94. Rybí filé v těstíčku	str. 183
65. Rybářský guláš	str. 177	95. Nakládaný sled' v tomatovém sosu	str. 183
66. Hlavatka se sýrem	str. 177	96. Treska v omáčce s hořčicí a kari	str. 183
67. Hlavatka s pomeranči	str. 177	97. Smažený platýs s omáčkou dle výběru	str. 184
68. Rybky po pražsku	str. 177	98. Matjesy se smetanovým krémem a fazolkou	str. 184
69. Rybí haše	str. 178	99. Zapečené rybí filé se žampiony	str. 184
70. Ryby po orientálsku	str. 178	100. Rybí knedlíčky s mandlovou omáčkou	str. 184
71. Smažené plotice	str. 178	101. Pikantní rybí krokety s paprikovou rýží	str. 185
72. Ryby na paprice	str. 178	102. Závitky z platýsa s jemnou omáčkou	str. 185
73. Ryba dušená s rajčaty a paprikami	str. 178	103. Křupavé rolky z platýza	str. 185
74. Amur po námořnicku	str. 178	104. Halibut s maltézskou omáčkou	str. 185
75. Rybí perkelt	str. 179	105. Rybí podkovy s pórkem	str. 186
76. Holandské rybí karbanátky	str. 179	106. Halibut s bylinkovým sosem	str. 186
77. Jemné rybí karbanátky	str. 179	107. Ryba ve vinné omáčce s čínskými houbami	str. 186
78. Dušené rolky z platýsa	str. 179	108. Obalované filé se sezamovým semínkem	str. 186
79. Filé z platýsa s lososem	str. 179	109. Rybí rolky se smetanovou omáčkou	str. 187
80. Rybí filé s bylinkami	str. 180	110. Pečené tresčí filé	str. 187
81. Marinovaný baltský sled'	str. 180	111. Matjesy ve vinné marinádě	str. 187
82. Platýs s pomerančovým máslem	str. 180	112. Rybí koktejl	str. 187
83. Treska s sherry omáčkou	str. 180	113. Pečená ryba na šalvěji	str. 188
84. Rybí filety po balkánsku	str. 181	114. Grilovaný losos v sladké omáčce	str. 188
85. Pečený platýs na slanině	str. 181	115. Expres losos	str. 188
86. Pečená ryba s citronem a koprem	str. 181	116. Sled' ve smetaně	str. 188
87. Filety z platýsa s vejci a sýrem	str. 181	117. Losos se zelenými nudlemi	str. 188
88. Zapečené filety z platýsa se žampiony	str. 181	118. Lososový špíz	str. 188
89. Pečení platýsi	str. 182	119. Indická treska s rajčaty	str. 189
90. Filety z platýsa v omáčce z bílého vína	str. 182	120. Citronové sledě Munch	str. 189

121. Řízky z amura po bakoňsku	str. 189
122. Ryba v šafránové omáče	str. 189
123. Rybí kari	str. 189
124. Ryba v sojové omáče po javánsku	str. 190
125. Ryba s ořechy a kořením	str. 190
126. Ryba v balijském stylu	str. 190
127. Otak – otak	str. 190
128. Amur v bylinkovém těstíčku	str. 191
129. Pečený amur se žampiony a cibulí	str. 191
130. Smažená parma	str. 191
131. Bolen se žampiony	str. 191
132. Smažená ryba s oblohou	str. 191
133. Drobné rybky dušené na kmíně	str. 191
134. Pikantní rybí guláš	str. 192
135. Amur s lečem	str. 192
136. Ryba se žampiony	str. 192
137. Ryba dušená na hořčici	str. 192
138. Smažený karas se sýrovým obalem	str. 192
139. Tloušť pečený s pórkem	str. 192
140. Tloušť dušený se sýrem	str. 193
141. Parma na rajčatech	str. 193
142. Rybí závitky	str. 193
143. Rybí nákyp	str. 193
144. Rybí filé v rumu	str. 193

1. Jelec nadíváný zeleninou

Jelci, rajčata, cibule, paprika, slanina, česnek, sůl, máslo

Rajčata a cibuli nakrájíme na kolečka, papriku a slaninu na nudličky. Na prkénku rozetřeme česnek se solí. Jelce vymažeme zevnitř solí a česnekem a vložíme do něj směs rajčat, cibule, paprik a slaniny. Potom jelce ovážeme nití a po obou stranách opečeme na rozpáleném másle. Podáváme s bramborem nebo chlebem.

2. Ryby v těstíčku

Malé rybky, mléko, hladká a hrubá mouka, vejce, sůl, tuk, citrón

Z 1/4 l mléka, 10 dkg hladké, 5 dkg hrubé mouky, 2 vajec a soli připravíme těstíčko. Malé rybky osušíme, osolíme, obalíme v hladké mouce a namočíme do těstíčka a rychle vhodíme do rozpáleného tuku. Dozlatova z obou stran osmažíme, zakapeme citrónem a podáváme.

3. Ryba na zázvoru

Malé porce kapra nebo štiky, česnek, sůl, paprika, zázvor, olej

Malé porce ryby potřeme kašičkou z utřeného česneku se lžičkou soli, lžičkou papriky, lžičkou zázvoru a dvou lžic oleje a následně klademe do hrnce na sebe. Zatížíme a necháme uležet 1 den v ledniče. Druhý den prudce opečeme na oleji a nakonec dusíme do měkka.

4. Karacsonyi jóstag (vánoční dobrotka)

500 g masa z kapra, candáta, štiky nebo plotic, 100 g másla, sardelová pasta, kapary, sůl, citrón, pepř, 1/2 l kyselý smetany, 5 vajec, 5 lžic strouhanky, nakládané kapije, tvrdý sýr

Maso jemně umeleme a protřeme sítem. Kašovinu dusíme na másle se lžičkou sardelové pasty, lžičkou kaparů, špetkou soli, šťávou z půlky citrónu a pepřem. Do kyselý smetany zamícháme 5 žloutků, přidáme strouhanku, rybí kašovinu a sníh z 5 bílků. Těsto vlijeme do vymazané a moukou vysypané formy na srnčí hřbet a asi hodinu opatrně pečeme za občasnýho potírání máslem. Hotové jídlo nakrájíme, zdobíme nakládanými kapiemi a strouhaným sýrem.

5. Štěpánská rybí huspenina

1,5 kg sladkovodních ryb, bobkový list, 10 pepřů, 5 nových koření, 2 mrkve, 4 kyselý okurky, 250 g sterilovaného hrášku, sůl, pepř, citrón, cukr, 150 g želatiny

Ve dvou litrech osolené a slabě okyselené vody vaříme, spolu s kořením a mrkvemi, ryby. Po změknutí zbavíme maso kůže a kostí, polovinu umeleme a polovinu pokrájíme. Mrkve také pokrájíme, přidáme nakrájené okurky, hrášek a promícháme s vývarem, který jsme ještě dochutili solí a pepřem, citrónem a cukrem a v němž jsme opatrně (aniž by se vařila) rozpustili želatinu. Necháme ztuhnout ve vhodné formě.

6. Haltorma

500 g pečené, dušené nebo vařené ryby, 1/4 l šlehačky, strouhaný křen, sůl

Maso zbavíme kůže a kostí a umeleme. Přidáme šlehačku, 6 vrchovatých lžíc křenu a špetku soli, promícháme a ihned podáváme s bílým pečivem.

7. Royal aspik

1 kg kapra nebo štiky, sůl, ocet, pepř, cibule, citrón, 8 dkg želatiny, 5 žloutků, kaviárové máslo

Kapra nebo štika vaříme v 1 l osolené, okyselené a opepřené vody, přidáme cibuli. Po uvaření zbavíme maso kůže a kostí, umeleme ho, a ještě protřeme přes síto. Vývar procedíme, přichutíme solí, pepřem, citrónovou šťávou a v teplém rozpustíme želatinu, ještě před tuhnutím v něm rozšleháme 5 syrových žloutků. Vléváme do malých forem, po ztuhnutí vyklopíme a zdobíme citrónem a kaviárovým máslem.

8. Rybí noky

250 g rybího masa, 40 g másla, 1 vejce, strouhanka, sůl, petrželová nať, lžíce smetany

Rybu vykostíme, maso umeleme a promícháme s ostatními přísadami, uděláme malé noky, které použijeme jako zavářku do rybí polévky, nebo je usmažíme a podáváme se zeleným hráškem.

9. Rybí karbanátky

Ryba, sůl, petržel, cibule, česnek, vejce, pepř, hladká mouka

Rybu uvaříme ve slané vodě s petrželí, vykostíme, umeleme. Pak smícháme se strouhanou cibulí, česnekem a vejcem. Okořeníme. Ze směsi uděláme malé karbanátky, které obalíme v mouce a osmažíme. Podáváme s brambory.

10. Tajemství hotelu Hilton

500 g rybího masa, 500 g majonézy, sůl, cukr, citrónová šťáva, 1/4 rybího vývaru, 4 dkg želatiny, šlehačka

Maso udusíme, vykostíme a zbavíme kůže. Rozmixujeme s majonézou. Podle chuti prisolíme, okyselíme, případně přisladíme. V rybím vývaru rozpustíme želatinu, přidáme kašovinu a ještě rozmixujeme. Rozléváme do šálků a necháme ztuhnout. Po vyklopení na talířky zdobíme neslazenou šlehačkou.

11. Rybí hemenex

Maso z větších ryb, cibule, pepř, vařené brambory, 2 vejce, tuk, kapary, nakládaná zelenina nebo houby

Maso nakrájíme na kostky a dusíme s cibulí a pepřem, pak přidáme nakrájené brambory a syrová vejce. Vše promícháme, podusíme na tuku a dáme na talíř. Zdobíme kapary, zeleninou nebo houbami.

12. Rybí omeleta

Maso ze sladkovodních ryb, zelenina, hrášek, vejce, sůl

Maso a zeleninu nakrájíme a spolu s hráškem dáme na pánev, zalijeme rozšlehaným vejcem, mírně osolíme a opečeme po obou stranách.

13. Rybí koblížky I

Mleté rybí maso, vařené brambory, petržel, 2 vejce, sůl, hladká mouka nebo strouhanka

Stejné množství rybího masa a vařených brambor smícháme s ostatními přísadami, vytvoříme malé koblížky, obalíme v mouce nebo ve strouhance a smažíme.

14. Rybí koblížky II

Mleté rybí maso, lžička másla, strouhanka, lžice kokosové moučky, sůl, pepř, sníh z bílků, muškátový oříšek, máslové těsto, vejce

Z máslového těsta vyválíme placku, na ní klademe směs vzniklou smícháním všech přísad. Pokryjeme druhou polovinou těsta a vykrajujeme koblížky. Ty potřeme rozšlehaným vejcem a pečeme v troubě na plechu.

15. Rybí majonéza

150 g majolky, lžička hořčice, 1/2 lžičky cukru, lžička worchesteru, lžice octa nebo citronové šťávy, 2 lžice pomerančové šťávy, 2 lžice šlehačky, pepř, 200 g vařené na kousky rozdělené ryby, 80 g nastrohaného celeru

Vše smícháme ve směs a případně ještě osolíme. Používáme na osolené chlebičky, nebo k náplni rajčat, vajec a paprik.

16. Amur na smetaně s houbami

6 porcí amura po 200 g, 80 g másla, rybí vývar nebo vývar z masoxu, 2 cibule, 300 g čerstvých nemodrajících hub, 50 g oleje, mletý pepř, 2 dcl kyselé smetany, citrón, zelená petržel, bobkový list, sůl

Porce ryby osolíme, opepříme, pokapeme citrónovou šťávou a na rozpáleném oleji po obou stranách krátce opečeme. Podlijeme trochou vývaru, posypeme na drobno nakrájenou cibulí, nakrájenou petrželkou, přidáme bobkový list a v troubě pečeme. Po krátkém zapečení přelijeme ryby rozšlehanou smetanou. Na kastrůlku rozpustíme máslo, přidáme nakrájené houby, podusíme, poklademe na porce ryb a dopečeme. Jako přílohu podáváme vařené brambory a salát z čerstvé zeleniny.

17. Pečená maréna

Maréna, sůl, 100 g sardelového másla (máslo utřené se lžící sardelové pasty), 2 dcl hovězího vývaru

Marénu osolíme a necháme 2 hodiny v chladu odležet. Pak ji uložíme do pekáče břichem dolů na dřevěný rošt, polijeme rozpuštěným sardelovým máslem a za občasného podlévání hovězím vývarem upečeme.

18. Maréna na víně

4 porce marény po 200 g, 5 lžic oleje, 2 cibule, 2 stroužky česneku, 4 lžíce bílého vína, sůl

Marénu naporcujeme, osolíme, vložíme do pánve s rozpáleným olejem a opečeme na mírném ohni do měkka. Opečenou rybu přendáme na talíře a uložíme v teplé troubě. Do oleje po opékání ryby přidáme na tenká kolečka nakrájenou cibuli a na slabé plátky nakrájený česnek. Osmažíme, zalijeme vínem a krátce povaříme. Porce marény přelijeme šťávou s cibulí a podáváme s vařenými brambory.

19. Maréna na houbách

Maréna, 20 g sušených hřibů, 4 lžíce oleje, 200 g rajčat, 3 stroužky česneku, mletý pepř, pažitka a sůl, na přílohu : 800 g brambor, cibule, 60 g slaniny, lžíce hladké mouky, 70 g másla, citrón, sůl

Marénu rozdělíme na poloviny, odstraníme páteř. Obě poloviny potřeme česnekem utřeným se solí a zprudka opečeme na oleji. Houby asi na 3 hodiny namočíme do studené vody. Opečené porce ryby podlijeme horkou vodou, v níž jsme máčeli houby, přidáme houby a zvolna dusíme. Později přidáme na kolečka nakrájená rajčata a dodusíme do měkka. Podle chuti osolíme a opepříme. Příloha : brambory uvaříme ve slupce, po vychladnutí je nakrájíme na kolečka. Na drobně nakrájené slanině krátce osmahneme jemně nakrájenou cibuli, přidáme máslo a vše zaprášíme moukou. Promícháme s brambory, opepříme, osolíme a na větší pánvi opečeme dozlatova. Opečené brambory pokapeme citrónovou šťávou a posypeme strouhanou citrónovou kůrou.

20. Maréna po francouzsku

4 porce marény asi po 200 g, ocet, 6 dcl vody, 80 g cibule, zelená petržel, bobkový list, 8 kuliček pepře, tymián, 80 g másla, sůl

Do kastrolu vložíme na malé kousky nakrájenou cibuli, drobně usekanou petržel, tymián, bobkový list, celý pepř a vodu s octem. Vaříme asi 20 minut, pak procedíme, vývar vrátíme do kastrolu, uvedeme do varu a přidáme porce ryby. Vaříme na mírném ohni až ryba změkne, asi 5 minut. Hotovou rybu vyjmeme, rozdělíme na talíře a podlijeme rozpuštěným máslem do něhož před podáváním nakrájíme zelenou petržel. Podáváme s vařenými brambory.

21. Tloušť s dušenými pýchavkami

Dva tlouští (nebo 4 plotice), 200 g pýchavky, 4 lžíce oleje, 150 g rajčat, 2 stroužky česneku, nať cibule, mletý pepř, sůl

Pýchavky nakrájíme na slabší kolečka a podusíme na oleji spolu s rybami. Během dušení přidáme na čtvrtky nakrájená rajčata. Před skončením dušení přidáme česnek utřený se solí a špetku pepře. Podáváme s vařenými brambory posypané jemně nakrájenou cibulovou natí.

22. Panský tloušť

Tloušť, mlíčí, 100 g žampionů, 50 g petržele, 50 g cibule, 50 g másla, 1 dcl oleje, lžíce citrónové šťávy, pepř, sůl

Tlouště vyplníme nádivkou, zašijeme a na dvě hodiny uložíme do marinády z oleje, citrónové šťávy, soli, pepře, strouhané petržele a cibule. Pečeme na roštu, poléváme marinádou. Příprava marinády : usekané mlíčí, pokrájené žampiony a lžíci marinády udusíme se zeleninou na máslu

23. Zavináče z bílých ryb

Bílé ryby, nálev : 5 l octa, 5 l vody, 1,2 kg soli, marináda : 2 l octa, 8 l vody, 200 g soli, 5 kostek cukru, celý pepř, nové koření, 2 bobkové listy, cibule, kyselá okurky

Ryby naskládáme do kameninové nebo skleněné nádoby, zatížíme a zalijeme nálevem, ve které je ponecháme 5 dní v chladnu, potom je vykostíme, a svineme jako zavináče, vrátíme zpět do čisté nádoby, a zalijeme vychladlou marinádou, vzniklou povařením octa, vody, soli, koření, cukru a nakrájené cibule. Do vychladlé marinády přidáme nakrájené okurky. Nádobu povážeme papírem a uložíme v chladu na 2 až 3 dny.

24. Bílé ryby grilované (dietní)

2 porce bílé ryby, lžíce citrónové šťávy, dvě lžíce olivového oleje, majoránka, sušená celerová nať, sušený libeček, tlučený kmín, sůl

Ryby okořeníme, zakapeme citrónovou šťávou a v porcelánové misce zalijeme olejem. Necháme 3 hodiny v chladničce. Porce ryb vyjmeme, necháme okapat a za občasného potírání marinádou grilujeme do měkka. Zdobíme citrónem a podáváme s bílým pečivem.

25. Ryba po Řecku

2 až 3 menší tlouští nebo cejni, 80 g oleje, velká cibule, 4 lžíce rajčatového kečupu, 3 lžíce červeného vína, lžička cukru, sůl

Půlené ryby opečeme na pánvi v rozpáleném oleji po obou stranách dočervena. Měkké ryby vyndáme, přidáme drobně nakrájenou cibuli, kečup, sůl a cukr. Podle potřeby přidáme trochu horké vody a dusíme asi 15 minut. Pečené ryby pak vložíme do připravené omáčky, přidáme víno a necháme přejít varem. Podáváme s vařenými brambory.

26. Bílé ryby po Bulharsku

3 porce bílé ryby, 60 g másla, citrón, lžíce hladké mouky, lžička octa, 4 stroužky česneku, zelená petržel, sůl

Porce ryby osušíme, poprášíme moukou a na másle dozlatova po obou stranách opečeme. K česneku utřenému se solí přidáme drobně nakrájenou petržel, zředíme octem rozředěným stejným množstvím vody a upečené porce ryb přelijeme touto zálivkou. Podáváme s plátkem citrónu a bílým pečivem.

27. Nakládání menších ryb do soli

1 kg čerstvých malých bílých ryb, sůl

Menší ryby necháme v celku, větší nakrájíme na filety, ryby osolíme uvnitř i na povrchu, těsně složíme do kameninové nebo porcelánové nádoby, zasypeme ještě dvěma cm soli, zakryjeme pokličkou a zatížíme. Nádobu uložíme na 4 až 5 dnů do chladna, denně přelijeme ryby šťávou, která se vyluhovala. Před přípravou pokrmu ryby omyjeme, vykostíme, zbavíme kůže, nakrájíme na kousky a obložíme plátky citrónu. Takto naložené ryby vydrží v chladnu i déle než 14 dnů.

28. Ryby na kmíně

800 g kaprovitých ryb, 40 g mouky, 80 g oleje, 30 g másla, zelená petržel, citrón, kmín, sůl

Ryby osušíme, uvnitř potřeme citrónovou šťávou, obalíme v hladké mouce a posypeme kmínem. Jednotlivé porce nebo celé menší ryby opečeme po obou stranách na oleji. Před podáváním pokapeme porce rozpuštěným máslem, citrónovou šťávou a silně posypeme zelenou petrželkou. Podáváme s vařenými brambory.

29. Filipínská rýže s rybou

2 šálky rýže, 4 šálky vody, 300 g vařené vykostěné ryby, 4 hřebíčky, 8 zrn pepře, 2 kolečka kompotovaného ananasu, 2 banány, citrón, bílý jogurt, lžíce kaparů, sůl

Rybu v osolené vodě pozvolna uvaříme do měkka, vyjmeme, podélně rozřízneme a vykostíme. Rybu nakrájíme na malé kousky, samostatně uvaříme rýži s přidavkem všeho koření. Kapary, ananas a banány drobně pokrájíme, přidáme jogurt a vše lehce promícháme s rybím masem a rýží.

30. Obalované grundle

500 g drobných rybek, 2 vejce, 3 lžíce hladké mouky, tuk na smažení, strouhaná houska, nastrouhaný křen, tatarská omáčka, sůl

Drobné rybky osušíme, osolíme a necháme asi 2 hodiny odležet. Pak ryby obalíme v hladké mouce, osolených rozkvedlaných vejcích a ve strouhané housce. Za častého obracení je osmažíme ze všech stran do zlatova a podáváme je s nastrouhaným křenem, tatarskou omáčkou a slaným bílým pečivem.

31. Rybí soljanka

600 g vařené nebo pečené ryby, 300 g dušeného zelí, 2 kyselé okurky, lžíce kaparů, cibule, 2 lžíce rajčatového protlaku, 40 g strouhaného sýra, 10 zelených oliv, půl citrónu, 40 g másla, lžíce sekané petrželky, 1/2 l rybího vývaru

Okurky nakrájíme na tenké nudličky, dáme do kastrolu, přidáme kapary, drobně nakrájenou cibuli, rajčatový protlak, zalijeme rybím vývarem, zakryjeme pokličkou a 10 minut dusíme. Do ohnivzdorné misky vymazané máslem dáme vrstvu (polovinu) dušeného zelí, na zelí položíme rybu nakrájenou na menší kousky, přelijeme připravenou omáčkou a pokryjeme vrstvou zbylého zelí. Povrch zelí uhladíme, posypeme strouhaným sýrem, pokapeme rozpuštěným máslem a zapékáme asi 1/4 hodiny v horké troubě. Hotový pokrm posypeme sekanou petrželkou, ozdobíme olivami a na plátky nakrájeným citrónem. Podáváme s bílým pečivem.

32. Rybí běloruské krokety

600 g sladkovodní ryby, 100 g vevy, 4 cibule, 4 lžíce oleje, 100 g rajčatového protlaku, 100 ml bílého vína, 100 ml mléka, vejce, 4 stroužky česneku, kopr, petrželka, sůl, pepř

Staženou rybu rozdělíme na kousky, přidáme v mléce namočenou veku, zesklivatělou cibulku, sůl, pepř a dvakrát umeleme. Mleté rybí maso spojíme s vejcem, důkladně rozmícháme a naděláme kuličky o průměru asi 3 cm, obalíme je v mouce a opečeme na oleji. Teplé opečené krokety položíme do kastrolu, zalijeme je rajčatovým protlakem, bílým vínem a posypeme usekanou petrželkou a koprem, zakryjeme pokličkou a dusíme na mírném ohni asi 15 minut. Pak potřeme prolisovaným česnekem. Necháme vychladnout a podáváme s bílým pečivem.

33. Ryba po Rusku

600 g dušené ryby, 40 g másla, mrkev, cibule, kyselá okurka, lžíce kaparů, 10 zelených oliv, petrželka, citrón, 150 ml kečupu, 100 ml rybího vývaru, sůl

Mrkev nakrájíme na tenké nudličky, cibuli a okurku na tenká kolečka a vše krátce osmahneme na másle. Přidáme vypeckované olivy, kapary, na tenké plátky nakrájený citrón a zalijeme kečupem. Dobře promícháme, přidáme porce dušené ryby a vše dobře prohřejeme. Podle chuti osolíme a podáváme s opečenými brambory a ozdobené petrželkou.

34. Křupavé rybky

3/4 kg drobných ryb, lžička zázvoru, lžíce solamylu, olej, sůl, petržel

Navrch i vně posypeme rybky směsí zázvoru a soli a necháme půl hodiny v chladu. Pak rybky vkládáme do rozpáleného oleje a smažíme dozlatova asi 5 minut. Usmažené narovnáme do pekáčku a pečeme dalších 5 minut při asi 250 stupních. Podáváme posypané petrželovou natí.

35. Drobné ryby na sádle

1 kg drobných ryb, sůl, sladká paprika, hladká mouka, 150 g sádla

Drobné rybky nařežeme na asi 1,5 cm široké podkovy, osolíme, posypeme paprikou, a prudce na obou stranách opečeme na rozpáleném sádle. Podáváme s tatarskou omáčkou a chlebem.

36. Ryba s pomeranči

1 kg na proužky nakrájeného rybího masa, cibule, 30 g másla, 2 pomeranče, sekaná petrželka, tymián, ocet, sůl, práškový cukr, šťáva z citrónu

Maso na mírném ohni uvaříme ve slané vodě s octem a citrónovou šťávou, nejprve maso vložíme a pak přivedeme k varu. Na pánvi rozpustíme polovinu másla a necháme na něm zesklivatět drobně nakrájenou cibuli. Oloupaný pomeranč nakrájíme na kolečka, na cibuli přidáme zbytek másla, kolečka pomeranče, zaprášíme cukrem a rychle usmažíme. Uvařenou rybu přendáme na mísu a připravenou směs na ni upravíme. Na pánvi povaříme trochu octa s petrželkou a tymiánem, přidáme vymačkanou šťávu z druhého pomeranče a jakmile přejde var, nalijeme na rybu. Podáváme s opečeným bílým pečivem.

37. Kyselo z ryb

1,5 l vody, 1/2 kg odřezků a vnitřností z ryb, 100 g kořenové zeleniny, mletý pepř, sůl, lžíce hladké mouky, 1/4 l kyselého mléka, 2 lžíce octa

Ve slané vodě povaříme hlavu bez žaber, ocet a pokrájenou kořenovou zeleninu. Vývar scedíme, maso obereme a vrátíme zpět do vývaru. Zvlášť uvaříme jikry nebo mlíčí ve vodě s octem. Potom obojí slijeme dohromady, opepříme, zahustíme kyselým mlékem, ve kterém jsme rozkvedlali mouku a dobře povaříme. Podáváme s vařenými brambory.

38. Parma namodro

Parma, 5 dcl octa, lžíce soli, 50 g petržele, 100 g celeru, 100 g cibule, 2 bobkové listy, 5 nových koření, 10 pepřů, 100 g křenu, 1 dcl citrónové šťávy, lžíce cukru

Rybu rozdělíme na malé porcičky a spaříme horkým octem, pak vaříme asi 10 minut v osolené vodě se strouhanou zeleninou a kořením. Maso vybereme a upravíme na mísu. Na ně pak navrstvíme křen smíchaný s citrónovou šťávou a cukrem.

39. Ukrajinský bolen se zeleninou

4 porce bolena, 2 lžíce hladké mouky, sůl, pepř, 6 lžic oleje, 2 karotky, pastinák, 3 rajčata, 2 cibule, nakládaná okurka, pórek

Porce zbavíme větších kostí, osolíme, opepříme, obalíme v mouce a po obou stranách opečeme na oleji. Cibuli, karotku a pastinák nahrubo nastrouháme, okurku s rajčaty pokrájíme, přisolíme a na zbývajícím oleji osmahneme. Do zeleniny vložíme rybu, podlijeme horkou vodou a vše asi 15 minut dusíme.

40. Zapékané oukleje

4 oukleje, 100 g másla, lžička vegety, špetka rozmarýnu, špetka majoránky, 100 g tvrdého sýra, rajče, paprika, 2 lžíce bílého vína, sůl, na bešamel : 2 lžíce polohrubé mouky, lžíce másla, 2 dcl masového vývaru, žloutek, sůl

Rybky osolíme a opečeme na másle, pak je urovnáme do ohnivzdorné misky, okořeníme, posypeme vegetou, nakrájenou paprikou a rajčetem, přelijeme vínem a bešamelem a posypeme strouhaným sýrem. Zapékáme asi 20 minut. Bešamel : z másla a mouky připravíme světlou jíšku, jíž zahustíme vývar, krátce povaříme a zakvedláme žloutek.

41. Pečené oukleje

4 oukleje, 50 g másla, 50 g žampionů, lžíce petrželové natě, lžíce strouhané cibule, sůl

Ryby nasolíme, necháme několik hodin v chladu odležet. Potom je osušíme a naplníme směsí z pokrájených žampionů udušených na polovině másla s cibulí a petrželovou natí. Ryby zašijeme, potřeme zbývajícím máslem a opečeme na roštu. Podáváme s bramborovou kaší.

42. Oukleje smažené

4 oukleje, sůl, polohrubá mouka, strouhanka, 2 vejce, olej

Ryby nasolíme a necháme několik hodin v chladu odležet. Osušené obalíme v mouce, rozšlehaných vejcích a strouhance. Smažíme do červena.

43. Opilé oukleje

4 oukleje, 1 dcl suchého sektu, 100 g žampionů, 50 g másla, 50 g cibule, estragon, pepř, petrželová nat', sůl

Máslo utřeme s nastrouhanou cibulí, petrželovou natí, estragonem, solí a pepřem. Očištěné oukleje směsí potřeme navrch i uvnitř, vložíme do zapékací mísy, obložíme nakrájenými žampiony, podlijeme vínem a zakryté 20 minut pečeme.

44. Dušení ježdíci

600 g ježdíků, 200 g cibule, 3 bobkové listy, 3 dcl sladké smetany, 2 dcl sladké smetany, 2 dcl podmáslí, lžíce hladké mouky, 50 g másla, špetka muškátového oříšku, lžíce usekané pažitky, sůl, 1dcl mléka

Rybky osolíme, zasypeme strouhanou cibulí, rozdrčeným bobkovým listem a necháme odležet v lednici do druhého dne. Pak na ně nalijeme vroucí podmáslí se smetanou a asi 10 minut povaříme. Rybky vybereme na mísu a uložíme do tepla. Omáčku procedíme, rozmixujeme, zahustíme moukou zakvedlanou do trochy mléka, přidáme máslo, strouhaný muškátový oříšek, pažitku, za stálého míchaní omáčku povaříme a na rybky vrátíme.

45. Ježdíci na smetaně

10 ježdíků, 50 g hladké mouky, pepř, sůl, máslo, 1 dcl smetany, pohanková kaše

Ježdíky osolíme, opepříme, obalíme v mouce, prudce opečeme na másle, zalijeme smetanou a zvolna dodusíme. Podáváme s omaštěnou pohankovou kaší.

46. Dunajské rybí klobásy

1 kg masa sladkovodních ryb, 100 g slaniny, 50 g strouhanky, lžíce krupice, 100 g másla, 2 vejce, 2 žloutky, špetka nového koření, pepř, sůl

Slaninu pokrájíme, vyškvaříme, ryby na ní opečeme, podlijeme horkou vodou, udusíme, zbavíme kůže a vykostíme, maso umeleme, přidáme rozpuštěné máslo a ostatní suroviny, směs natlačíme do střívek a klobásy opékáme na oleji.

47. Ježdíci s citrónovou omáčkou

600 g ježdíků, 50 g petržele, 50 g celeru, 10 zrněk pepře, 5 zrněk nového koření, 1 dcl sladké smetany, lžíce hladké mouky, citrón, sůl, cukr, lžíce kaparů, 3 žloutky.

Ježdíky nasolíme, zasypeme strouhanou zeleninou, okořeníme, zalijeme menším množstvím vroucí vody a asi 10 minut dusíme, rybky vybereme, srovnáme na mísu a uložíme do tepla. Polévku asi 15 minut povaříme s oloupaným a jader zbaveným citrónem a smetanou s rozkvedlanou moukou. Polévku procedíme, přidáme kapary, zakvedláme žloutky a hned jak zhoustne na omáčku, polijeme jí ježdíky.

48. Křupaví ježdíci

600 g ježdíků, 50 g slaniny, 50 g másla, lžíce oleje, sůl, drcený kmín

Ježdíky zbavíme hlavy a vytáhneme střívko, srovnáme je na olejem vymaštěný pekáč, osolíme, okmínujeme, zalijeme směsí másla a vyškvařené slaniny a pečeme, až jsou ryby křupavé.

49. Mřenky se sýrovou omáčkou

600 g mřenek, 50 g karotky, 50 g petržele, 50 g cibule, bobkový list, 10 pepřů, 5 nových koření, špetka estragonu, 100 g másla, 100 g tvrdého sýra, lžíce pokrájené pažitky, lžíce strouhanky z dietních sucharů, sůl

Mřenky povaříme 5 minut v malém množství vody s kořením, solí a strouhanou zeleninou. Pak je vyndáme na mísu a zalijeme omáčkou, kterou připravíme tak, že na másle osmahneme strouhanku, přilijeme 2 naběračky čisté polévky, v níž jsme mřenky vařili, přidáme estragon, pažitku, strouhaný sýr a vaříme, až se sýr rozpustí.

(Mřenka mramorová je celoročně hájená - lze nahradit jinou drobnou rybkou - starý recept)

50. Smažené střevele

600 g střevelí, 5 dcl mléka, 1 dcl pomerančového džusu, sůl, dvě vejce, polohrubá mouka, strouhanka, olej

Ryby přes noc namočíme do mléka smíchaného s džusem. Druhý den osušíme, osolíme, obalíme v mouce, vejcích a strouhance a v horkém oleji usmažíme.

(Střevele potoční je celoročně hájená, lze nahradit jinou drobnou rybkou - starý recept)

51. Rybí hamburgery

600 g mníka, sůl, 1 dcl oleje, 8 krajíčků veky, 5 lžic kečupu, 50 g cibule

Maso bez kůže a kostí nakrájíme na tenké medailónky, osolíme a opečeme ve velmi rozpáleném oleji. Krajíčky veky potřeme kečupem, položíme na ně medailónky, zakapeme kečupem, posypeme nakrájenou cibulí a chvíli prohřejeme v troubě.

52. Rybí guláš

Asi 600 g sladkovodních ryb, citrónová šťáva, 2 cibule, 2 lžice oleje, 3/4 kg červených a zelených paprik, mletá sladká a špetka pálivé papriky, mletý pepř, sůl, lžička hladké mouky, vývar z masa, pórek

Staženou a vykostěnou rybu nakrájíme na malé kostky, zakapeme citrónovou šťávou a necháme asi hodinu v chladničce odležet. Nadrobno pokrájenou cibuli zpěníme na oleji, přidáme proužky papriky, osmahneme, okořeníme, osolíme, podlijeme vývarem a asi 10 minut podusíme. Přidáme maso, poprášíme hladkou moukou, podlijeme vývarem a podusíme do měkka. Opatrně mícháme. Rozdělíme na porce, posypeme na kolečka nakrájeným pórkem a podáváme s chlebem nebo pečivem.

53. Rajčata plněná rybou

300 g sladkovodní ryby, 12 rajčat, 2 vejce, 2 lžice citrónové šťávy, 150 g majonézy, sůl

Rybu uvaříme v osolené, citrónem okyselené vodě. Vařenou rybu stáhneme a vykostíme, nakrájíme nadrobno a smícháme s nakrájenými vařenými vejci a majonézou. Z rajčat odřízneme vršky, vnitřek vydlabeme, naplníme rybí směsí a přikryjeme odříznutým vrškem.

54. Nakládáné rybky

1 kg drobných ryb, sůl, 50 g hrozinek, 50 g mandlí, citrónová kůra, 3 dcl octa, 7 dcl vody, 3 hřebíčky, 10 pepřů, 5 nových koření, 2 bobkové listy, 300 g cibule

Ryby uvaříme v osolené vodě, v láhvi od okurek je proložíme kolečky cibule a zalijeme studeným roztokem připraveným povařením všech zbývajících přísad. Necháme dva dny uležet.

55. Smažené rybičky

1/2 kg drobných rybek, 5 dcl citrónové šťávy, sůl, 5 stroužků česneku, 150 g kukuřičné mouky, 2 dcl oleje

Nasolené rybičky necháme hodinu odležet, pak je zalijeme citrónovou šťávou s česnekem a necháme v chladu uležet asi 5 hodin. Pak je osušíme, obalíme v kukuřičné mouce a v oleji do křupava usmažíme.

56. Rybí pljeskavice

300 g masa ze sladkovodní ryby, 300 g vepřového masa, 100 g cibule, 3 pálivé papriky, pepř, sůl, 1 dcl smetany, 2 dcl oleje

Maso ryby bez kůže a kostí umeleme s vepřovým masem, cibulí a paprikou, směs osolíme, opepříme, rozředíme smetanou a necháme v lednici 8 hodin odležet. Pak směs znovu promícháme a do horkého oleje z ní lžící děláme malé placičky, které smažíme po obou stranách.

57. Rybí pizza

300 g hladké mouky, 20 g droždí, 1/2 dcl oleje, sůl, na náplň: 400 g pečeného masa sladkovodní ryby, 1/2 lžičky pepře, 2 žloutky, 50 g tvrdého sýra, 10 oliv, 2 lžice kečupu

Z mouky, droždí, vody a soli připravíme těsto husté jako na buchty a necháme je vykynout. Rozválíme ho na olejem vymaštěný plech a potřeme kaší z mleté vykostěné ryby, soli, žloutku a pepře, zakapeme kečupem, poházíme rozkrájenými vypeckovanými olivami, posypeme strouhaným sýrem a upečeme.

58. Bolen s baklažánem

4 porce bolena, 100 g másla, 1/4 kg rajčat, 300 g baklažánu, 100 g zelených paprik, 5 stroužků česneku, lžička sladké papriky, sůl, mléko

Porce bolena poprášíme paprikou a po obou stranách opečeme na másle. Baklažán pokrájíme na kostičky, osolíme a v porcelánové misce necháme 4 hodiny uležet v chladu. Pak slijeme šťávu, kterou bolen pustil, propláchneme rybu mlékem a osmahneme na oleji. K rybě přidáme baklažán s pokrájenými rajčaty a paprikami, česnekem utřeným se solí, podlijeme trochou vody a pečeme asi 20 minut.

59. Běličky po zbojnicku

4 plotice, 50 g slaniny, 150 g klobásy, 2 rajčata, 50 g oštěpků, 30 g cibule, 100 g másla, zelená paprika, 50 g hladké mouky, půl lžičky pepře, lžička sladké papriky, sůl

Klobásy, rajčata, slaninu a papriku drobně pokrájíme, sýr a cibuli nastroháme, vše promícháme s rozpuštěným máslem, směsí naplníme očištěné ryby, zašijeme je, zaprášíme moukou smíchanou se solí a kořením, zabalíme do alobalu a pečeme 20 minut.

60. Ragů z ryb

1 kg sladkovodních ryb, lžička soli, lžice citrónové šťávy, 100 g polévkové zeleniny, 70 g cibule, bobkový list, pepř, 100 g másla, 30 g hladké mouky, 3 dcl tatarské omáčky, 1,5 dcl bílého vína

Rybu nakrájíme na plátky, osolíme, zakapeme citrónovou šťávou a uvaříme ve 4 dcl vody spolu se zeleninou, cibulí a kořením. Z másla a mouky připravíme světlou jíšku, zalijeme ji vývarem z ryby, povaříme, procedíme, přidáme rozšlehanou tatarskou omáčku, víno, rybu a necháme prohřát.

61. Rybí puding

300 g masa sladkovodní ryby, sůl, 30 g mouky, 30 g másla, 3 vejce, 1 dcl smetany, špetka citrónové kůry, pažitka, petrželová nať, olej na vymaštění, dětská krupice

Rybu udusíme v troše osolené vody, zbavíme kostí a umeleme. Z másla a mouky připravíme světlou jíšku, rozředíme ji smetanou a krátce povaříme, přidáme umletou rybu, sůl, žloutky, citrónovou kůru, pokrájenou pažitku, nakonec sníh z bílků. Směs pak vlijeme do vymaštěného, dětskou krupicí vysypaného kastrolu, zabalíme ho do alobalu a v páře asi 3/4 hodiny vaříme.

62. Perlín v alobalu

Perlín, sůl, lžice citrónové šťávy, 50 g mrkve, 50 g bylinek (mladé kopřivové a fialkové lístky, popenec, petržel, pažitka), 50 g másla

Rybu necháme vcelku, osolíme, pokapeme citrónovou šťávou, zasypeme bylinkami a strouhanou mrkví, zabalíme do alobalu hodně vymazaného máslem a pečeme 20 minut. Vhodným doplňkem je špenát.

63. Montrealský mník

600 g mníka, 2 dcl oleje, 100 g másla, 50 g celeru, 50 g cibule, 1 dcl rajčatové šťávy, 2 lžice zeleného pepře, půl lžičky mletého pepře, lžice strouhanky z dietních sucharů, sůl

Maso bez kůže a kostí nakrájíme na kostičky, osolíme a upražíme na oleji. Rozprostřením na savý papír ho zbavíme přebytečného tuku. Na másle udusíme nastrouhaný celer, cibuli, vmícháme ostatní přísady a rybu, prohřejeme a ihned podáváme.

64. Mník na víně

600 g mníka, sůl, 50 g kukuřičné mouky, 60 g slaniny, lžička rajčatového protlaku, 50 g cibule, 1,5 dcl červeného vína, 50 g tvrdého sýra

Maso bez kůže a kostí nakrájíme na kousky, osolíme a zaprášíme kukuřičnou moukou. V kastrolu rozškvaříme mletou slaninu, zpěníme na ní strouhanou cibuli, protlak, přidáme rybu, zalijeme vínem a dusíme. Podáváme se strouhaným sýrem.

65. Rybářský guláš

300 g mníka, 300 g vepřového bůčku, 50 g cibule, 100 g rajčat, lžice papriky, půl lžičky pepře, sůl

Vepřové maso umeleme, rozškvaříme, přidáme drobně nakrájené maso mníka (bez kůže a kostí), nakrájená rajčata, nastrouhanou cibuli, koření, sůl a dusíme 10 minut za občasného podlití horkou vodou. Šťáva má být na konci dušení takřka vysmahlá.

66. Hlavatka se sýrem

600 g hlavatky, sůl, 3 dcl podmáslí, lžička pálivé papriky, půl lžičky pepře, 2 stroužky česneku, lžička cukru, masox, 30 g pažitky, 100 g tvrdého sýra, olej

Maso bez kůže a kostí osolíme a dáme na 2 hodiny do chladu odležet. Pak ho dáme do olejem vymaštěné ohnivzdorné mísy, zalijeme podmáslím rozšlehaným s utřeným česnekem, kořením, masoxem, pokrájenou pažitkou, solí, zakryjeme tenkými plátky sýra a 20 minut pečeme.

67. Hlavatka s pomeranči

4 porce hlavatky, 1 dcl oleje, 100 g cibule, 5 nových koření, 5 jalovců, 50 g pepřů, půl lžičky koriandru, půl bobkového listu, špetka estragonu, 1 hřebíček, 2 dcl pomerančové šťávy, pomeranč, lžička hořčice, sůl

Porce hlavatky prudce opečeme na oleji. Pokrájenou cibuli s kořením svážeme do plátěného uzlíčku a 5 minut povaříme v pomerančové šťávě. Pak v ní dusíme osolené a hořčicí potřené porce hlavatky. Porce necháme okapat, ozdobíme kolečky pomeranče a studené podáváme.

68. Rybky po pražsku

600 g drobných rybek, 2 cibule, tuk, kmín, pepř, sůl

Očištěné rybky bez hlav osolíme a vložíme na cibuli nakrájenou na kolečka a zpěněnou na tuku. Opeříme, přidáme kmín a dusíme doměkka. Směs necháme dozlatova vysmahnout a podáváme s brambory.

69. Rybí hašé

1 kg ryb, sůl, pepř, česnek, 1 vejce, 3/8 l mléka, 50 g strouhané housky, 60 g tuku

Rybí maso (bez kostí a páteře) dvakrát umeleme, přidáme sůl, koření, vejce, mléko a tolik strouhané housky, aby hašé nebylo příliš husté. Na pekáči rozpustíme tuk, hašé na něj rovnoměrně rozetřeme, povrch pokapeme tukem a pečeme ve vyhřáté troubě asi 30 minut.

70. Ryby po orientálsku

Ryby, citronová šťáva, sůl, mletý pepř, hladká mouka, cibule, zelenina, žampiony, třený česnek, lečo, červené víno

Očištěné ryby pokapeme citronovou šťávou, osolíme, opepříme a necháme 10 minut odležet. Potom je obalíme v hladké mouce a zprudka opečeme. Do zbývajících tuku vložíme na kolečka nakrájenou cibuli, zeleninu, přidáme žampiony, třený česnek a vše zalijeme dávkou leča, přidáme červené víno a krátce povaříme s pečenou rybou. Ihned podáváme.

71. Smažené plotice

800 g drobných plotic, sůl, hladká mouka, 3 stroužky česneku, mléko, pálivá paprika, 100 g oleje

Osolené ryby necháme asi 2 hodiny odležet v chladu. Pak je osušíme, uvnitř potřeme česnekem utřeným se solí, omočíme v mléce a obalíme ve směsi mouky a papriky. V rozpáleném oleji je prudce opečeme dohněda.

72. Ryby na paprice

700 g drobných ryb, 110 g másla, 2 cibule, 150 ml zakysané smetany, 2 žloutky, citronová šťáva, paprika, sůl

Nadrobno nakrájenou cibuli osmažíme na 50 g másla a dáme do vymazané zapékací misky. Přidáme osolené a po paprikované porce ryb, zalijeme smetanou a pečeme asi 20 minut. Se zbylým máslem a citronovou šťávou ušleháme žloutky, směs vlijeme na ryby a vše zapékáme dalších 10 minut.

73. Ryba dušená s rajčaty a paprikami

3 porce jakékoliv ryby, 5 lžic oleje, sůl, 6 rajských jablíček, 2 zelené papriky

Na oleji podusíme oloupaná rajčata, zelenou papriku pokrájenou na kolečka a asi 8 minut povaříme. V octové osolené vodě povaříme rybu, vyjme ji a hotovou omáčkou přelijeme.

74. Amur po námořnicku

4 porce amura, 50 ml oleje, 4 stružky česneku, sekaná petrželka, 50 g kečupu, sůl, mletý pepř, 200 ml bílého vína, sardelová pasta

Do pekáče dáme olej, na kterém zpěníme plátky česneku. Porce amura osolíme, opepříme, potřeme sardelovou pastou, posypeme petrželkou, vložíme do pekáče a zalijeme kečupem a vínem. Dusíme 20 – 30 minut na mírném ohni. Podáváme s bramborem.

75. Rybí perkelt

4 porce ryby, lžíce sádla, 3 menší cibule, lžíce mleté papriky, sůl, zelená paprika

Očištěné porce ryby osolíme a necháme v chladu odležet asi půl hodiny. Drobně nakrájenou cibuli osmažíme na sádle, sejmeme z plotýnky, vmícháme mletou papriku, zalijeme naběračkou vody a povaříme. Přidáme porce ryby i se šťávou a dusíme 20 – 25 minut. Perkelt ozdobíme pokrájenou zelenou paprikou a podáváme s vařenými brambory.

76. Holandské rybí karbanátky

600 g vařených ryb, 2 vejce, 60 g strouhanky, šálek mléka, máslo, petrželka, sůl, pepř, olej na smažení

Ryby očistíme, vykucháme, uvaříme, vykostíme, pak rozsekáme, osolíme, opepříme a promícháme se strouhankou, mlékem, vejci, máslem a rozsekanou petrželkou. Tvoříme malé placičky, které smažíme v rozpáleném oleji.

77. Jemné rybí karbanátky

1 houska, 350 g rybiho filetu, 100 g slaniny, 2 cibule, 1 svazek petrželky, 1 vejce, ½ lžičky soli, pepř, muškát, olej na pečení

Housku namočte do studené vody a po 5 minutách vymačkejte. Rybu nakrájejte na pruhy a vykostěte. Slaninu nakrájejte na kostky, oloupanou cibuli na čtvrtky, petrželku omyjte. Vše, včetně ryby, umelte v masovém mlýnku, housku přidejte jako poslední. Do hmoty vmíchejte vejce a sůl, ochuťte pepřem a trochu muškát. Utvořte karbanátky. Do pánve nalijte tolik tuku, aby pokryl celé dno. Vložte karbanátky, opečte je z obou stran dozlatova.

78. Dušené rolky z platýsa

800 g filé z platýsa, 3 lžíce másla, 1 lžička citronové šťávy, špetka bílého pepře, 4 lžíce sekané petrželky, 1 hrníček nahrubo nakrájených stonků petrželky, 1 mrkev, 1 lžíce hladké mouky, 1/8 l bílého vína, ¼ l smetany, 250 g žampionů, sůl

Filety potřete na hladké straně kůže lžící rozpuštěného másla, pokapejte citronem, posypte petrželkou, srolujte a spíchněte špejlemi. Vložte do vymaštěné formy. Do hrnce dejte ¼ l vody, na dno položte plochou ohni vzdornou misku dnem vzhůru nebo podložku a obložte ji petrželovou natí. Přikryjte poklicí, nechte vzkypět při střední teplotě. Formu s rybou položte na misku, hrnec pevně uzavřete, rybu nechte změkknout. Mrkev nakrájenou na jemné nudličky poduste na 2 lžících másla. Z mouky, bílého vína a smetany uvařte krémovitou omáčku. Přidejte do ní plátky hub, povařte 2 minuty a dochuťte.

79. Filé z platýsa s lososem

600 g filetů z platýsa, 2 citrony, 2 vejce, 1 lžička soli, ½ lžičky pepře, 1 lžička sladké papriky, mouka, strouhanka, 4 lžíce másla, 50 g uzeného lososa, 1 lžíce kaparů

Rybu potřete citronem, nechte asi 10 minut odležet a osušte ji. Vejce, sůl, pepř a papriku rozkvedlejte. Do hlubokých talířů si připravte mouku a strouhanku. Zahřejte podnos. Filety postupně obalte v mouce, vejci a strouhance. Máslo rozpustíte, a když opadne pěna, osmažte rybu z obou stran dozlatova. Porce upravte na podnos a posypejte na nudličky pokrájeným lososem a kapary. Ozdobte čtvrtkami citronu.

80. Rybí filé s bylinkami

800 g filetu z tresky nebo mořského lososa, 1 lžíce citronové šťávy, 1 lžička bazalky, 1 lžička saturejky, 1 lžička libečku, 1 lžička fenyklu, 1 lžíce kopru, 1 lžíce kerblíku, 1 lžíce petrželky, 1 cibule, 2 lžíce másla, ¼ lžičky soli

Rybí filet rozkrojte na 4 díly, omyjte, osušte a potřete citronovou šťávou. Lístky bylinek otrhejte ze stonků, omyjte, osušte a nasekejte na drobno. Rybu v nich obalte. Oloupanou cibuli nakrájejte na malé kostičky, na másle je poduste do měkka. Kousek po kousku vložte rybu, přikryjte poklicí a 4 minuty duste. obraťte, osolte, přikryjte a duste další 4 minuty. Ihned podávejte. Do výpeku vmíchejte pro změnu trochu sladké nebo kyselé smetany a rybu zalijte.

81. Marinovaný baltský sled'

750 g malých baltských sledů, 2 lžíce soli, 200 g mrkve, 200 g cibule, 150 g bílé části pórku, 2 lžíce oleje, 400 ml vinného octa, 2 lžičky cukru, 2 svazky kopru

Sledě rozřízněte od ocasní ploutve podél břišní linie, vykuchejte, omyjte a osušte. Osolte a přikryté přes noc vychladte. Mrkev a cibuli oloupejte a nakrájejte na tenké plátky. Obojí poduste na oleji do sklovita. Přilijte 400 ml vody, 5 minut vařte. Pórek očistěte, nakrájejte na kroužky, omyjte a vařte 1 minutu s ostatním. Přidejte ocet a cukr, marinádu dochuťte, nechte dobře vychladnout. Sledě omyjte, osušte a navrstvěte se zeleninou a koprem do sklenic. Zalijte marinádou, která musí rybu zcela pokrývat. Sklenice uzavřete a uložte na chladném místě.

82. Platýs s pomerančovým máslem

4 platýsi (po 350 g), 2 lžíce citronové šťávy, 1 pomeranč, 3 lžíce celozrnné mouky, 2 lžíce strouhanky, 2 lžíce přepuštěného másla, 100 g másla, sůl, bílý pepř

Kuchyňsky upravenou rybu omyjte, odstraňte tmavé části masa z břišní dutiny. Rybu osušte a potřete citronovou šťávou. Z pomeranče vymačkejte šťávu. Mouku smíchejte se strouhankou, platýse obalte a oklepejte. Přepuštěné máslo zahřejte na střední teplotu, vložte do ní rybu a osmažte ji z obou stran dozlatova. Pánví občas potřeste, aby se ryba nepřipekla. Osolte a opepřete, porce rovnejte vedle sebe a vložte do trouby. Výpek uvolněte trochou vody, nechte přejít varem, přecedte do kastrolu, přidejte pomerančovou šťávu a vločky másla. Omáčku odstavte a metlou našlehejte.

83. Treska s sherry omáčkou

4 tresčí filety po 200 g, šťáva z 1 citronu, pepř, sůl, 2 rajčata, 100 g žampionů, 1 lusk zelené papriky, 1 lžíce másla, 2 lžíce mouky, 4 lžíce smetany, 1/8 l suchého sherry

Rybí filety omyjte, pokapejte citronovou šťávou, opepřete. Rajčata spařte, oloupejte, nakrájejte na kostičky. Žampiony očistěte, omyjte, nakrájejte na plátky. Paprikový lusk rozkrojte na polovinu, odstraňte semínka, omyjte a nakrájejte na kostičky. Uvedte do varu 1/8 l vody a 1 lžičku soli. Vložte rybí filety, duste přikryté, pak odstavte z plotny. Máslo rozpustíte. Rajčata, žampiony a papriku na něm duste 5 minut. Přilijte 1/8 l rybiho vývaru, nechte přejít varem. Mouku smíchejte se smetanou, přidejte do omáčky. Vařte 5 minut. Osolte a opepřete, přidejte sherry. Rybu připravte k podávání, přelijte omáčkou.

84. Rybí filety po balkánsku

600 g rybích filetů, 2 lžíce citronové šťávy, 300 g zmrazené zeleninové směsi s kukuřicí, 1 paprika, 4 rajčata, 2 cibule, 4 plátky anglické slaniny, 2 lžíce másla, 1 lžička soli, 1 lžička bylinkové kořenící směsi

Rybí filety rozkrojte na 8 porcí a potřete citronovou šťávou. Zeleninu propláchněte studenou vodou. Papriku a rajčata rozkrojte a odstraňte semínka, dužinu nakrájejte na malé kousky. Cibuli oloupejte, nakrájejte na kroužky. Slaninu opečte na pánvi do křupava a vyjměte. V tuku ze slaniny rozpustíte máslo, když opadne pěna, vložte suché kousky ryby. Opékejte z obou stran 2 minuty. Osolte, vyjměte a udržujte teplé. K zelenině přilijte 1/8 l vody, duste pod poklicí. Osolte, přidejte rybu, posypte bylinkami, krátce zahřejte, ale nevařte.

85. Pečený platýs na slanině

4 porce platýsa á 250 g, hladká mouka na obalení, 125 g tučné slaniny, ¼ lžičky soli a pepře, 1 citron, petrželka

Platýsy omyjte, osušte, obalte v mouce, přebytečnou mouku oklepejte. Ryby položte vedle sebe. Slaninu nakrájejte na malé kostičky a opečte při střední teplotě do křupava, kostičky vyjměte. Platýsy položte bílou stranou dolů a při pečení s nimi občas v pánvi pohněte, aby se nepřichytili. Po 4 až 5 minutách je obraťte, osolte a opepřete. Pečené platýsy dejte na přehřáté talíře, kostičky slaniny v tuku krátce zahřejte a přelijte přes ryby. Ozdobte citronem a petrželkou.

86. Pečená ryba s citronem a koprem

800 g rybích filetů, 4 lžíce citronové šťávy, 4 lžíce másla, 1 lžička soli, 1 svazek kopru

Rybu omyjte, osušte a podélně rozřízněte. Filety pokapejte citronem. Ohnivzdornou formu dobře vymastěte, rybí filety volně srolujte a poskládejte vedle sebe. Osolte a mezi rolky masa zapíchněte špičky kopru. Zbylou citronovou šťávu a máslo dejte navrch. Formu přiklopte poklicí nebo zakryjte alobalem. Pečte uprostřed horké trouby. Upečenou rybu ozdobte snítkami kopru.

87. Filety z platýsa s vejci a sýrem

500 g filetů z platýsa, 2 lžíce citronové šťávy, ½ lžičky soli, 2 cibule, 3 lžíce másla, 4 lžíce petrželky, 2 vejce, 2 lžíce strouhanky, 50 g strouhaného sýra

Rybu omyjte, osušte, potřete citronem a osolte. Cibuli oloupejte, nakrájejte na kostičky, poduste do sklovita na 2 lžících másla. Plochou formu vymastěte máslem. Rybu obalte ve strouhance a jednotlivé porce vložte těsně vedle sebe do formy. Cibuli se sekanou petrželkou a vejci rozkvdlejte, nalijte na rybu, povrch posypte sýrem a pokladte vložkami zbylého másla. Platýsa upečte uprostřed horké trouby a ihned servírujte.

88. Zapečené filety z platýsa se žampiony

400 g žampionů, 2 + 1 lžíce másla, sůl, bílý pepř, ¼ l smetany, 250 g taveného sýra, stroužek česneku, 600 g filé z platýsa, řeřicha

Houby očistěte, omyjte, osušte v utěrce, nakrájejte na plátky. Na pánvi zpěňte 2 lžíce másla, houby na něm rychle orestujte, osolte, opepřete a dejte do síta. Smetanu a sýr přidejte do výpeku. Míchejte, dokud se sýr neroztaví. Vmíchejte houby, okořeňte. Malou nákyповou formu potřete česnekem a vymažte lžící másla. Filety z platýsa omyjte, dobře osušte a položte do formy. Na platýsa navršte houbovou směs, povrch uhladte. Pečte v horní části trouby. Posypte řeřichou.

89. Pečení platýsi

4 platýsi po 350 g, citronová šťáva, mouku na obalení, 60 g rozpuštěného másla, sůl, pepř

Rybu omyjte, odstraňte tmavé části a blanky. Osušte a potřete citronovou šťávou, nechte v chladu odpočinout. Maso se zpevní. Platýsa znovu osušte, obalte v mouce, oklepejte. V troubě zahřejte hluboký plech, prohřátý jej potřete máslem a položte na něj rybu potřenou máslem. Plech hned vraťte do horké trouby. Rybu upečte, posypte solí a pepřem a pak podávejte s vařenými brambory.

90. Filety z platýsa v omáčce z bílého vína

800 g filetů z platýsa, citron, 1 cibule, 2 lžíce másla, 1/8 l suchého vína, 2 lžíce hladké mouky, ¼ l šlehačky, 150 g žampionů, sůl, bílý pepř, 2 žlutky, 50 g krevet

Rybu omyjte, osušte a potřete citronem. Oloupanou cibuli nakrájejte na malé kostičky a na másle poduste do sklovita. Přilijte bílé víno a nechte přejít varem. Do vinného vývaru dejte rybu a krevety a duste na mírném ohni dokud nezměkne. Vyjměte, nechte okapat. Mouku s trochou smetany vymíchejte do hladka a zakvedlejte do výpeku. Povařte bez poklice. Houby očistěte, omyjte, rozpulte a nakrájejte do omáčky. Omáčku osolte a opepřete, nechte přejít varem. Do zbylé smetany rozkvedlejte žloutek, vmíchejte do omáčky, prohřejte, ale už nevařte. Rybu vložte do omáčky, krevety v ní prohřejte mimo plotnu.

91. Pečená treska

1 kg tresky, sůl, 6 zrnok pepře, ½ bobkového listu, ½ lžičky semínek hořčice, ¼ l bílého vína, 2 lžíce strouhané cibule, 8 lžic pšeničného šrotu, 4 lžíce oleje, 4 lžíce sekané petrželky, pepř, 2 stroužky česneku

Rybu posypte solí a oškrábejte. Omyjte a osušte. Zrnka pepře, bobkový list a semínka hořčice roztlučte v hmoždíři, smíchejte s vínem a cibulí. Celou rybu směsí několikrát potřete a obračejte v marinádě. Do misky dejte pšeničný šrot, olej, petrželku, lžičku soli, pepř a rozetřený česnek. Vše smíchejte. Rybu položte do ohnivzdorné formy, posypte směsí a v horké troubě upečte.

92. Dušené dary moře

2 cibule, 12 kousků scampi, 350 g chobotnice, 400 g slávek jedlých, 350 g filetu z tresky, 250 g rajčat, 4 stroužky česneku, 3 lžíce oleje, 2 lžíce sekané petrželky, sůl, pepř, ¼ l vína, 2 lžíce koňaku, 2 lžíce citronové šťávy

Oloupanou cibuli nakrájejte na kostky. Rozmrzlé scampi a chobotnici osušte a nakrájejte na plátky. Slávky jedlé důkladně omyjte, očistěte, tuhá vlákna odstraňte. Tresku omyjte, osušte, nakrájejte na malé kousky. Rajčata spařte, oloupejte, nakrájejte na kostky. Česnek oloupejte a rozmačkejte. Olej zahřejte, cibuli na něm opečte dozlatova. Přidejte scampi, chobotnici a slávky jedlé. Za stálého míchání směs asi 10 minut opékejte, dokud se slávky neotevrou. Přidejte rajčata, česnek a petrželku. Poduste, osolte a opepřete. Přilijte víno, nechte přejít varem. Přidejte tresku, nechte ji 5 minut podusit. Ochuťte koňakem a citronovou šťávou.

93. Zapečená treska s jablkovým křenem

800 g filé z tresky, 1 lžíce bílého vinného octa, sůl, 60 g másla, 200 ml zakysané smetany, 100 g křenu, 200 g jablek, trochu cukru

Rybu nakrájejte na 8 kousků stejné velikosti, přitom odstranit kosti. Filety smíchejte s octem a solí. Nechte 10 minut odpočívat. Máslo rozpusťte, vymastěte jím nákyповou formu. Rybu osušte, kousky položte vedle sebe do formy a potřete máslem. Přikryjte a vyložte doprostřed horké trouby. Ze šlehačky ušlehejte měkkou pěnu. Křen a jablka oloupejte, nastrouhejte a ihned poté vmíchejte do smetany, okořeňte. Ochuťte trochou soli a cukrem. Jablečný křen rozdělte stejnoměrně na rybu, zapékejte jej dalších 10 minut.

94. Rybí filé v těstíčku

600 g rybího filé, citron, 1 vejce, 125 g hladké mouky, 1/8 l piva, olej, sůl, pepř

Filé naporcujte a potřete citronem. Z mouky, vejce, 1 lžíce oleje, soli a pepře utřete hladké těstíčko, nechte je odpočinout, až mouka provlhne. Do těžké pánve vlijte asi 2 cm vrstvu oleje a zahřejte ho na teplotu, kdy na ponořené špejli perlí. Filé smočte v těstíčku, nechte okapat a smažte. Když je spodní strana zlatožlutá, porci obraťte. Dosmažte druhou stranu.

95. Nakládáný sled' v tomatovém sosu

1 kg sledů bez hlav, ocasů a kostí, 100 g cibule, 4 lžíce oleje, 1/8 l vinného octa, 1000 g rajského protlaku, 3 lžíce cukru, špetka cayennského pepře, 800 g nových brambor, 1 lžíce kmínu

Sledě ponořte krátce do studené vody, avšak nenechte je v ní ležet. Ryby dejte odkapat, odstraňte zbývající kosti a osušte v utěrce. Cibuli oloupejte, nakrájejte na kostičky, poduste na oleji do sklovita. Po 5 minutách přidejte ocet, rajský protlak, cukr, cayennský pepř a 1/8 l vody. Omáčku osolte a nakonec dochuťte. Sledě srolujte rukama tak, aby kůže směřovala ven, vložte je těsně na sebe do vhodné formy, polijte omáčkou a 5 minut duste přikryté. Postavte na chladné místo a nechte vychladnout. Brambory vydrhněte a zalité vodou postavte na plotnu, přidejte sůl, kmín a 20 minut vařte, slijte, nechte ujit páru.

96. Treska v omáčce s hořčicí a kari

800 g filé z tresky, citron, 1 cibule 2 jablka, 2 lžíce hladké mouky, 2 lžíce oleje, 1 lžíce másla, 4 lžíce plnotučné hořčice, 1 lžička kari, 2 lžíce rozinek, 1/8 l kyselá smetana, 1 lžička Solamylu, 2 lžičky nalístkovaných mandlí

File nakrájejte na kostky a smíchejte s citronovou šťávou. Cibuli oloupejte a nakrájejte na kostičky. Jablka oloupejte, rozkrojte na čtvrtky, odstraňte jadřinec a nakrájejte na malé kousky. Nakrájené filé obalte v mouce, oklepejte, olej zahřejte na střední teplotu. Kousky ryby nechte vedle sebe zhnědnout, vyjměte. Máslo přidejte do výpeku, cibuli duste dozlatova. Přidejte ¼ l vody, jablka, hořčici, kari a rozinky, nechte 5 minut vařit. Kyselou smetanu a Solamyl rozkvedlejte, přimíchejte k omáčce, uveďte do varu. Vložte rybu a mandle. Osolte a opepřete, nechte krátce odpočinout.

97. Smažený platýs s omáčkou dle výběru

4 platýsi po 350 g, trochu hladké mouky, ½ lžičky soli, ¼ lžičky pepře, strouhanka 3 lžíce přepuštěného másla, 150 g lehké majonézy, 3 lžíce rajského protlaku, 100 g červených paprik nebo 100 g ostřejší hořčice nebo 50 g sekaných bylin nebo 75 g strouhaného křenu, trochu citronové šťávy

Rybí hlavy odřízněte, ploutve odstříhňte, tmavé části masa kolem vnitřností odstraňte, rybu omyjte a osušte. V mouce rozmíchejte sůl a pepř. Vejce a strouhanku dejte do hlubokých talířů. Platýsa obalte v mouce, omočte ve vejci, obalte ve strouhance. Chladte pokud možno 20 minut, aby obal dobře přilnul. Nahřejte talíře. Z ryby dobře oklepejte přebytečnou strouhanku. Tuk v pánvi by měl vytvořit vrstvu 1 až 2 mm vysokou. Smažte při střední teplotě, po 4 až 5 minutách rybu obraťte. Připravte k podávání, polijte výpekem. Rajský protlak, přepuštěné máslo, lehkou majonézu a vybranou ingredienci smíchejte, osolte, opepřete a dále dochuťte. Podávejte k rybě.

98. Matjesy se smetanovým krémem a fazolkami

8 řezů z matjesa, 2 cibule, ¼ l smetany, špetka soli, lžičku cukru, 175 ml smetanového jogurtu, 750 g fazolových lusků, 2 lžíce másla, 2 lžíce sekané petrželky, 1 lžička sekané saturejky

Matjesové řezy ochutnejte a jsou-li příliš slané, vložte je do minerální vody. Rukama nahmatejte kostičky, vyjměte je, filety osušte a chladte. Oloupanou cibuli nakrouhejte na jemné kroužky. Smetanu se solí a cukrem ušlehejte do tuha, opatrně vmíchejte jogurt. Hotový krém vychladte. Dejte vařit 3 l vody se 3 lžícemi soli. Fazolky očistěte, rozlomte, krátce povařte a propláchněte studenou vodou. Do rozpuštěného másla přidejte petrželku a saturejku, vmíchejte fazolky, krátce zahřejte a dochuťte. Matjesy urovnejte na talířky, posypte kroužky cibule a zalijte krémem. Fazolky servírujte v předeřáté míse.

99. Zapečené rybí filé se žampiony

600 g rybího filé, 1 cibule, 1 mrkev, 4 lžíce másla, ¼ l suchého bílého vína, 250 g žampionů, 3 lžíce hladké mouky, ¼ l smetany, 2 žloutky, sůl, pepř, 4 lžíce strouhaného eidamu, 2 lžíce sekané petrželky

Rybí filé osušte, rozporcujte na 4 kusy, cibuli oloupejte, mrkev očistěte a nastrouhejte na plátky, spolu poduste do sklovita na 2 lžících másla, přilijte bílé víno a nechte přejít varem. Rybu a vinnou omáčku vložte do nákykové formy, přiklopte a pečte. Šťávu procedte. Mezi tím houby očistěte a nakrájejte na plátky. Máslo při střední teplotě rozpustěte a houby na něm 2 minuty restujte, pak vyjměte. Mouku vmíchejte do šťávy z ryb, zakvedlejte smetanu a vařte 10 minut. Opatrně vmíchejte houby a žloutky, omáčku dochuťte. Rybu zalijte omáčkou, posypte sýrem a zapečte. Posypte petrželkou.

100. Rybí knedlíčky s mandlovou omáčkou

500 g vařené ryby, 2 cibule, 40 g strouhanky, 2 vejce, sůl, 4 lžíce sekané petrželky, 1 lžička oregana, citron, 8 lžic slunečnicového oleje, 100 g hladké mouky, 20 g strouhaných mandlí, ¼ l rybího výpeku, 30 g na lístkových mandlích

Rybu rozsekejte nebo umelte, totéž udělejte s oloupanou cibulí. Smíchejte se strouhankou, vejci, solí, 2 lžícemi petrželky, oregana, citronové šťávy a 2 lžícemi oleje. Smíchejte mouku a mleté mandle, z masové hmoty utvořte knedlíčky velké jako vejce, obalte v mouce a mletých mandlích. Druhou cibuli oloupejte a nasekejte. Do pánve nalijte olej na 1ú2 cm vysoko, zahřejte a knedlíčky na něm opékejte dozlatova. Knedlíčky položte vedle sebe do hrnce, přilijte rybí výpek. Přidejte cibuli a 2 lžíce petrželky, přiklopte a knedlíčky duste. Mandle mírně opražte, nasypete na knedlíčky a zbývajících 5 minut duste bez poklice. Podávejte přímo v hrnci.

101. Pikantní rybí krokety s paprikovou rýží

300 g vařené ryby, 1 houska, 2 jarní cibulky, 2 lžice petrželky, 2 lžice kopru, 15 g korintek, nové koření, sůl, pepř, 100 g hladké mouky, olej

Rybu bez kůže a kostiček rozmačkejte vidličkou. Housku namočte na 10 minut do studené vody, vymačkejte a rozdrolte. Cibuli očistěte a včetně zelené natě nakrájejte na malé kousky. Masovou hmotu smíchejte, k ní přidejte sekané bylinky, korintky a nové koření, dochuťte solí a pepřem. Z ochucené hmoty utvořte krokety, tlusté jako palec a obalte dobře moukou tak, aby byly celé pokryté. Je třeba, aby se při pečení vytvořila křusta. Olej zahřejte, krokety do něj vložte a opečte do hněda. Pohybujte při tom pánví, aby se krokety koulely a nepřichytily. Na rýži uvedeme do varu 600 ml kuřecího vývaru a do něj dáme 200 g rýže, kterou necháme ve vývaru 20 minut nabobtnat. Přidáme kostičky červené papriky a dusíme do měkka.

102. Závitky z platýsa s jemnou omáčkou

600 g platýsa, citronová šťáva, bílý pepř, 60 g kostiček cibule, 60 g másla, 2 lžice mouky, ½ l rybího vývaru, ¼ l šlehačky, sůl, 400 g tlustšího pórku, 2 šalotky, 1/8 l bílého vína

Rybu potřete citronovou šťávou a posypte pepřem, ochlaďte. Cibuli poduste do sklovita na 30 g másla. Vmíchejte mouku a nechte zpěnit. Vmíchejte rybí vývar a nechte napůl vařit, přidejte smetanu. Omáčku svařte na požadovanou hustotu. Osolte a opeřete. Pórek očistěte a podélně rozkrojte až do středu. Krátce jej povařte ve slané vodě, aby stal pružný. Opláchněte studenou vodou, osušte a rozložte. Rybu osušte, položte na světlou část pórku a srolujte. Šalotky oloupejte a nakrájejte na kostičky. Poduste na 20 g másla v ohnivzdorné formě. Rolky vložte do formy těsně vedle sebe ve svislé poloze, přikryjte pergamenovým papírem potřeným máslem a pečte v troubě.

103. Křupavé rolky z platýza

2 cibule, 1 stroužek česneku, 1 oloupané rajče, 2 lžice másla, 200 g filetu ze pstruha, 3 vejce, sůl, pepř, 1/8 l vychlazené smetany, 8 fileků z platýsa asi 500 g, 4 lžice strouhanky, olej na smažení

Cibuli a česnek nakrájejte na malé kostičky. Oboje duste na másle, nechte vychladnou. Rajče rozkrojte na čtvrtky, zbavte semínek a nakrájejte na kostičky. Filet ze pstruha nakrájejte na malé kousky. Smíchejte s 1 vejcem, solí a pepřem, nechte dobře zchladnout. Společně se smetanou rozmixujte na krémovitě pyré. Do pyré vmíchejte cibuli a rajčata, filety z platýsa potřete. Srolujte, namočte v rozkvedlaném vejci a obalte ve strouhance. Nechte odpočinout. Do pánve nalijte olej, dobře zahřejte, vložte závitky a osmažte ze všech stran. Přendejte na savý papír a pak hned podávejte.

104. Halibut s maltézskou omáčkou

4 plátky halibuta po 200 g, 4 kousky alobalu po 40 cm, sůl, 2 lžice oleje, citronovou šťávu, pár kapek worcestrové omáčky. Na omáčku: 200 g másla, 2 žloutky, 2 lžice bílého vína, sůl, pepř, citron, trochu strouhané pomerančové kůry, 3 lžice pomerančové šťávy

Rybu omyjte a osušte, osolte, potřete citronem a pokapejte worcesterem. Každou porci ryby položte jednotlivě na vymaštěný alobal. Balíčky pevně uzavřete několikerým přeložením. Do velkého hrnce dejte asi 5 cm vody a uveďte ji do varu. Alobalové balíčky položte na dno hrnce, přikryjte poklicí a vařte při mírné teplotě. Máslo rozpusťte a nechte vychladnout. Žloutky, víno, sůl a pepř ušlehejte nad párou, do krému po lžičkách přidávejte rozpuštěné máslo. Omáčku ochuťte citronovou a pomerančovou šťávou a pomerančovou kůrou.

105. Rybí podkovy s pórkem

100 g másla, 4 podkovy tresky po 200 g, pepř, sůl, 2 lžíce bílého vína, citron, 8 jarních cibulek, mladý pórek, ¼ l šlehačky, 2 lžíce vermutu, petrželku

Ohnivzdornou mísu vymastěte 20 g másla. Rybu opláchněte, osušte, z obou stran osolte a opepřete. Porce vložte do formy a potřete 30 g másla. Rybu pokapejte vínem a citronem, přikryjte a pečte v horké troubě. Cibuli a pórek seřízněte, podélně rozkrojte, omyjte, vlhké duste na 50 g másla, osolte. Rybí výpek nalijte do kastrolu, se smetanou a vermutem uvařte hustou omáčku, dochuťte. Na rybu nasypete sekanou petrželku.

106. Halibut s bylinkovým sosem

1,2 kg halibuta, 50 g mrkve, 50 g cibule, 50 g pórku, 50 g celeru, svazek bylinek – bobkový list, petrželka, celerová nať, ¼ l bílého vína, sůl, 150 g másla, 2 lžíce šalotky nakrájené na kostičky, 1 šálek petrželky, bílý pepř

Rybí maso oddělte od kůže a vykostěte. Zeleninu nakrájejte na kostičky a uveďte do varu s ½ l vody, kůží, kostmi a ostatními želírovacími částmi ryby a svazkem koření. Z vývaru seberte pěnu. Vařte 15 minut s vínem, přecedte a osolte. Litinovou pánev vymastěte 25 g másla. Vysypte šalotkou. Rybu obalte sekanou petrželkou, kousky položte vedle sebe, osolte a opepřete. Přilijte studený vývar a zahřejte, až začne perlit. Přikryjte, rybu duste do měkka, vyjměte a vložte mezi nahřáté talíře. Sos svařte na ¼ l, po odstavení z plotýnky přidejte 125 g na kousky nakrájeného másla a vyšlehejte do sosu.

107. Ryba ve vinné omáčce s čínskými houbami

500 g platýsů, 20 g sušených hub, 1 bílek, sůl, 2 lžíce škrobové moučky, 2 lžíce sherry, ½ lžičky granulovaného zeleninového vývaru, 1/8 l kuřecího vývaru, 1 lžíce sojové omáčky, 2 tenké jarní cibulky, olej

Houby namočte. Bílek rozkvedlejte se solí, 1 lžící škrobu, 2 lžičkami sherry, zeleninovým vývarem. Rybu nakrájejte na 1 cm plátky, naložte, nechte odpočinout. Kuřecí vývar rozkvedlejte se sherry, sojovou omáčkou a 1 lžící škrobové moučky. Cibuli nakrájejte šikmo na ½ cm plátky, houby nakrájejte na sousta. Olej zahřejte při střední teplotě, rybu opečte ve dvou dávkách dozlatova, na ubrusku nechte odsát. Přepněte na vysokou teplotu, olej slijte až na 3 lžíce. Cibuli míchejte na pánvi 1 minutu, s houbami pak ještě další minutu. Vyjměte. Přilijte rozkvedlané přísady. Vmíchejte vše, co jste již připravili.

108. Obalované filé se sezamovým semínkem

800 g rybího filé, citron, 1 suchá houska, 6 lžic sezamu, 1 lžička sojové omáčky, 2 vejce, sůl, pepř, 4 lžíce hladké mouky, 40 g přepuštěného másla

Filé rozdělte podél střední linie, kosti odstraňte. Maso nakrájejte na 8 až 10 kousků, marinujte citronem. Housku nastrouhejte. Sezamová semínka opražte dozlatova při střední teplotě, smíchejte se sojovou omáčkou a vysmažte. Odstavte a smíchejte se strouhankou. Vejce se solí a pepřem rozkvedlejte, do hlubokého talíře dejte mouku. Rybu osušte, postupně obalte v mouce, vejci a strouhance. Obal přitlačte, kousky ryby položte vedle sebe. Zahřejte vrstvu tuku, rybu z obou stran usmažte dozlatova. Podávejte s bramborem, dipem nebo tatarkou.

109. Rybí rolky se smetanovou omáčkou

8 listů čínské zeli, 8 plátků anglické slaniny, 3 lžičce plnotučné hořčice, 8 kusů rybího filé, sůl, pepř, 2 šalotky, 50 g másla, 1/8 l vína, 1/4 l smetany

Čínské zeli dejte do velkého množství vroucí vody a nechte přejít varem. Opláchněte studenou vodou, rozprostřete na utěrce, žebra seřízněte na plocho. Slaninu položte doprostřed a potřete hořčicí. Na to položte rybu, osolte a opeřete. Šalotky oloupejte, nakrájejte na kostičky, nasypete navrch. Rybu srolujte, listy po stranách přitiskněte, aby vznikly balíčky. Na máslo rozpuštěné dozlatova poskládejte rolky, zalijte vínem a přikryté duste. Rybu připravte k podávání na teplém podnosu. Z výpeku uvařte se smetanou a hořčicí řídkou omáčku, dochuťte.

110. Pečené tresčí filé

800 g filetů z tresky, 1 lžičce másla, 4 rajčata, 3 cibule, 1 stroužek česneku, 50 g prorostlé slaniny, 1 lžičce oleje, sůl, hrubě mletý pepř, strouhanka, sekaná petrželka

Rybu omyjte, osušte, rozřízněte na 4 porce. Pekáč vymastěte máslem, rybu vložte těsně vedle sebe. Rajčata křížem nařízněte a vložte mezi porce ryby. Slaninu nakrájejte na kostičky, na oleji ji opečte do křupava. Cibuli a česnek nakrájejte na kostičky a přidejte ke slanině. Do cibule vmíchejte sůl, pepř, strouhanku a petrželku. Krátce opékejte, směs navršte na rybu a rajčata. Pekáč přiklopte a vložte do středu trouby. Nemáte-li druhý pekáč, přikryjte rybu pergamenovým papírem, jehož spodní stranu potřete tlustší vrstvou tuku, vše upečte.

111. Matjesy ve vinné marinádě

8 matesjových filetů, 4 cibule, 1/4 l bílého vína, 1/4 l octa, 150 g cukru, 2 bobkové listy, 2 rozdrcená zrnka nového koření, 8 celých pepřových zrn, 1 lžička hořčičných semen

Matjesy omyjeme pod tekoucí studenou vodou, osušte, kostičky vyjměte. Filety nakrájejte na 2 cm široké pruhy. Cibuli nakrájejte na plátky, kroužky vymačkejte. Matjesy a cibuli střídavě navrstvěte v nádobě vhodné velikosti. Víno, ocet, cukr a koření svařte, nechte vychladnout. Marinádu nalijte na matjesy, postavte do chladu. Matjesy vydrží v lednici 7 dní.

112. Rybí koktejl

150 g rybího filé, 100 g krabích tyčinek, 100 g celeru, 100 g mrkve, 2 citrony, kelímek bílého jogurtu, 50 ml olivového oleje, sůl, vinný ocet, polévkové koření, listy hlávkového salátu

Rybí filé krátce povaříme ve vodě s polévkovým kořením a kapkou octa. Mrkev a celer nastrouháme na tenké nudličky, spaříme vroucí vodou, scedíme a propláchneme studenou vodou. Na plátýnku necháme vykapat jogurt a za stálého šlehání do něj přidáváme olivový olej, citronovou šťávu, vinný ocet a sůl. Zeleninu zakápneme citronovou šťávou a olejem. Přelijeme dresinkem, přidáme nadrobené filé, nakrájené krabí tyčinky a promícháme. Do sklenek vložíme listy hlávkového salátu, na něj dáme rybí koktejl a ozdobíme na drobno nakrájenými krabími tyčinkami a plátkem citronu. Necháme vychladit.

113. Pečená ryba na šalvěji

1 treska cca 1 kg, 100 g anglické slaniny, šalvěj, 100 g másla, citronová šťáva, petrželka, sůl, olej

Rybu nakrájíme na špalíčky a pokapeme citronovou šťávou. Vetřeme do nich sůl a posypeme šalvějí. Zabalíme do anglické slaniny, stáhneme alobalem a pečeme v troubě. Při servírování zakápneme citronem, polijeme rozpuštěným máslem se šalvějí a petrželkou. Posypeme nahrubo rozdrceným pepřem.

114. Grilovaný losos v sladké omáče

1 kg lososa bez kůže, 5 dkg másla, 50 ml olivového oleje, 8 dkg hnědého cukru, tabasco, citron

Máslo, olej, cukr, citronovou šťávu a tabasco zahříváme až se vše spojí. Nalijeme do pekáče a necháme zchladnout. Na šťávu vložíme lososa, několikrát jej obrátíme, aby se do něj omáčka vsákla a necháme asi půl hodiny marinovat. Lososa vyjmeme z marinády a opečeme. Na talíři zdobíme citrónem.

115. Expres losos

4 kousky lososa, zelená, žlutá a zelená paprika, koření na ryby, sůl, olivový olej, cibule, citron, brambory

Umyté filé z lososa lehce osolíme, okořeníme, dáme do pekáče. Na to nakrájíme papriky, cibuli a na malé kousky syrové oloupané brambory. Přidáme olivový olej a trochu vody. Dáme do trouby a pečeme, až do té doby, kdy jsou brambory dostatečně měkké.

116. Sled' ve smetaně

2 sledě, 100 ml smetany, citron, červená cibule, pepř

Sledě pokapeme citrónem a nakrájíme na kostičky. Polijeme ho smetanou a posypeme cibulí nakrájenou na kolečka.. Popepříme.

117. Losos se zelenými nudlemi

400 g zelených širokých nudlí, 400 g lososa, 100 g koktejlových rajčat, 1 cibule, 250 ml smetany, bazalka, olivový olej, sůl, bílý pepř, 100 g parmezán

Na olivovém oleji necháme zesklivatět najemno nakrájenou cibuli, přidáme na kostičky nakrájeného lososa, osolíme opepříme a zalijeme smetanou, provaříme přidáme bazalku a rozčtvrcená koktejlová rajčata promícháme. Hotovou směs přeléváme nudle, které jsme si uvařili v osolené vodě. Nakonec posypeme strouhaným parmezánem.

118. Lososový špíz

500 g lososa, 150 g anglické slaniny, 100 g jarní cibulky, 100 g koktejlových rajčat, barevný pepř, sůl, olej, citronová šťáva

Naporcovaného lososa obalovaného v anglické slanině napichujeme střídavě s jarní cibulkou a rajčaty na jehlu osolíme opepříme a pokapeme citronovou šťávou. Špízy opečeme na oleji. Jako přílohu podáváme štouchané brambory s kysanou smetanou a cibulovou natí.

119. Indická treska s rajčaty

4 plátky tresky, olivový olej, sůl, pepř, 1 cibule, 2 stroužky česneku, 1 červená paprika, mletý koriandr, kmín, kurkuma, garam masaly, 400 g konzervovaných rajčat, 1,5 dcl kokosového mléka

Ryby opečeme na olivovém oleji. Na pánvi osmahneme cibuli, česnek, papriku, okořeníme, dvě minuty smažíme, přidáme rajčata, cca pět minut povaříme. Do sosu přilijeme kokosové mléko a prohřejeme. Ryby dáme na talíř a hotovou omáčkou je přelijeme. A podáváme.

120. Citronové sledě Munch

4 větší sledě, 1 větší citron, máslo, petrželka, 4 bobkové listy, pepř, sůl, brambory

Vykuchanou rybu osolíme, do břišní dutiny vložíme bobkový list. Na hliníkovou fólii se naklademe plátky citronu, na ně položíme rybu, potřeme máslem rozmíchaným s pepřem a petrželkou. Rybu zabalíme do fólie a asi na 20 minut vložíme do trouby. Podáváme s pečeným bramborem.

121. Řízky z amura po bakoňsku

1 kg ryby, 250 g hub, 300 ml zakysané smetany, 50 g mouky, citron, 100 g másla, 100 g cibule, mletá paprika, pepř, petrželová nať, 200 ml sladké smetany, 500 ml vývaru, sůl

Nakrájené porce ryby bez kůže osolíme a necháme 2 hodiny odležet v chladu. Hlavu s páteří uvaříme ve vodě. Pekáč vytřeme tukem a rozložíme na něj porce ryb. Osmahneme nakrájenou cibuli a houby, zasympeme paprikou, přidáme pepř a citronovou šťávu. Podusíme ve vlastní šťávě bez pokličky. Když houby změknu, zahustíme za stálého míchání zakysanou smetanou a přidáme sladkou smetanu. Touto šťávou zalijeme porce ryby na pekáči a v troubě dodusíme doměkka.

122. Ryba v šafránové omáče

750 g ryby, citron, sůl, mletá paprika, 200 ml jogurtu, šafrán, špetka libečku, mletý fenykl, 2 zelené paprikové lusky, půl lžičky kukuřičné mouky, 5 stroužků česneku, sekaná petrželka, pepř

Rybu bez kůže potřeme citronem, osolíme, paprikujeme a necháme hodinu odležet. Jogurt rozšleháme, nalijeme do pánve a zahřejeme, přidáme šafrán, libeček, fenykl a nakrájené papriky. Vmícháme kukuřičnou mouku a vaříme, až směs zhoustne, ale zůstane vláčná. Přidáme utřený česnek a vaříme ještě 5 minut. Do směsi vložíme rybu a vaříme ji na mírném ohni doměkka.

123. Rybí kari

750 g ryby, 2 stroužky česneku, fenykl nebo anýz, 80 g tuku, 3 cibule, chilli, zelený lusk, půl lžičky kari, půl lžičky kmínu, 1 lžice koriandru, 1 lžička papriky, sůl, špetka zázvoru, petrželka

Rybu bez kůže osolíme, obalíme v mouce a necháme 30 minut odležet. Potřeme česnekem a anýzem a zase necháme 30 minut odležet. Na rozpáleném tuku opečeme po obou stranách, vyjmeme a držíme v teple. Cibuli opečeme do tmavo hněda, při tom ji zvlhčujeme kapkami vody, aby se nespálila. Vyjmeme ji. Na pánev přidáme chilli, papriku, kari, mletý kmín a koriandr. Mícháme a dusíme na velmi mírném ohni asi 2 minuty. Přisypeme nakrájenou papriku, zamícháme a podusíme 1 minutu. Vložíme osmaženou cibuli, osolíme a zalijeme šálkem vody. Povaříme, zmírníme var a necháme bublat, dokud se nezredukuje na třetinu. Pak vložíme opečenou rybu, posypeme zázvorem a mírně vaříme doměkka.

124. Ryba v sojové omáčce po javánsku

1 kg ryby, chilli, 1 velká cibule, 3 stroužky česneku, 2 lžíce sojové omáčky, 1 lžíce cukru, 2 lžíce octa, 3 lžíce citronové šťávy, sůl, olej

Rybu naporcujeme a marinujeme 30 minut v citronu. Pak ji opečeme po obou stranách dohněda. Rybu vyjmeme, odlijeme půlku oleje a na zbytku osmažíme nakrájený česnek, chilli a cibuli. Přidáme 3-4 lžíce vody, cukr, ocet, sojovou omáčku, sůl a zamícháme. Do pánve vrátíme rybu na mírném ohni uvaříme doměkka. Zbylou hustou omáčkou rybu přelijeme na talíři.

125. Ryba s ořechy a kořením

1 kg rybiho masa, 1 lžíce koriandru, chilli, citron, 60 g oříšků kešu, 9 hřebíčků, bobkový list, 100 g tuku, oregano, 100 g lískových oříšků, 4 cibule, 30 g kokosové moučky, 1 lžička kari, sůl, zázvor, 120 g mandlí, 2 lžíce máku

Rozdrtíme všechna koření, mandle spaříme, oloupeme a nakrájíme na proužky, mák opražíme. Rybu osolíme, vetřeme koriandr a necháme 30 minut odležet. Citronovou šťávu zředíme trochou vody, rozmícháme do ní chilli a necháme hodinu odstát. Z rozdrčených oříšků kešu a trochy vody připravíme pastu. Na drobno nakrájenou cibuli osmažíme, kokosovou moučku rozmícháme v 250 ml vody, přidáme kari, sůl, hřebíček, bobkový list a smaženou cibuli. Připravíme pastu, kterou rozetřeme na dno kastrolu, na ní položíme rybu, nádobu těsně přikryjeme pokličkou a pečeme v troubě téměř doměkka. Rybu vyjmeme, šťávu silně zredukujeme, přecedíme a uchováme. Rybu okořeníme oreganem a na tuku opékáme po obou stranách do zhnědnutí. Přidáme ořechovou pastu a opečeme dozlatova. Přidáme zázvor a zvlhčíme výluhem z chilli. Osolíme a vaříme v páře 5 minut. Při podávání ozdobíme mandlemi a mákem

126. Ryba v balijském stylu

2 středně velké ryby, chilli, sardelová pasta, 1 menší cibule, 2 stroužky česneku, zázvor, 1 lžička sojové omáčky, citron, špetka cukru, sůl, olej

Ryby pokapeme citronem a osmažíme na obou stranách dozlatova. Vyjmeme a odložíme. Chilli, nakrájenou cibuli, utřený česnek a zázvor smícháme na pastu, kterou osmažíme na lžici oleje. Přidáme sojovou omáčku, 250 ml vody a cukr. Vložíme zpátky ryby a za mírného varu pod pokličkou odpaříme tekutinu.

127. Otak – otak

750 g ryby, chilli, 4 stroužky česneku, citron, 10 mandlí, 2 lžičky kari, 1 velká cibule, zázvor, špetka cukru, 2 vejce, kokosová moučka, citronová kůra, sůl, pepř

Rybu vykostíme a zbavíme kůže. Chilli, cibuli, česnek, zázvor a mandle zpracujeme v mixéru, přidáme kari, citronovou kůru a rozetřeme. Rybí maso nakrájené na větší kostky, kořeněnou pastu, kokosovou moučku, ušlehaná vejce a citronovou šťávu vložíme do mísy a vše důkladně smícháme. Směs vložíme do kryté misky z ohnivzdorného skla a vaříme v páře asi 30 minut. Otak – otak lze podávat teplý jako hlavní jídlo se salátem a rýží, studený lze podávat na sendvič.

128. Amur v bylinkovém těstíčku

800 g amura, citrónová šťáva, 3 stroužek česneku, 2 vejce, provensálské koření, 50 ml piva, mouka hladká, olej, sůl, mletý pepř

Rybu rozdělíme na porce, pokapeme citrónem, osolíme, potřeme rozmačkaným česnekem a necháme 30 minut odležet. Z vajec, piva, provensálského koření a mouky umícháme hustší těstíčko, ryby v něm obalíme a pak usmažíme ve vyšší vrstvě rozpáleného oleje.

129. Pečený amur se žampiony a cibulí

800 g amur, 2 stroužek česneku, 200 g žampionů, 1 cibule (červená), 150 g másla, 200 ml vývaru (rybí), kmín (drcený), sůl, pepř

Jednotlivé porce ryby osolíme, opepříme a vetřeme do nich prolisovaný česnek. Potom necháme asi hodinu uležet. Dále ryby vložíme do máslem vymazaného pekáčku na vrstvu jemně nakrájené cibule, poklademe kousky zbylého másla, přidáme vývar a 20 minut pečeme přikryté v troubě při teplotě 180 °C. Během tepelné úpravy je často přeléváme výpekem. Poté ryby posypeme plátky žampionů, osolíme, lehce okmínujeme a pečeme dalších 15 minut.

130. Smažená parma

2 větší parmy, šťáva z citrónu, hladká mouka promíchaná s kari a pepřem, sůl a olej na smažení

Parmy rozdělíme na 4 porce, osolíme, pokapeme citrónem a necháme odležet. Obalíme v hladké mouce promíchané se lžičku kari a pepře. Smažíme je zvolna na oleji, dokud nemají zlatou barvu. Podáváme s bramborovou kaší a se zeleninovým salátem.

131. Bolen se žampiony

600 g bolena, 4 žampiony, 60 g másla, citrón, sůl a petrželka

Na pánvi rozežřejeme máslo, přidáme na kostky nakrájeného bolena, plátky žampionů a opečeme. Po opečení osolíme a dopečeme v troubě. Před podáváním pokapeme citronovou šťávou a posypeme petrželkou.

132. Smažená ryba s oblohou

4 porce ryb, mletý pepř, 2 lžice mouky, 2 lžice másla, petrželka nebo kopr, na plátky nakrájená rajčata a okurky

Porce ryby osolíme, opepříme, obalíme a osmažíme na pánvi se dvěma lžicemi másla. Při podávání rybu posypeme drobně nakrájenou petrželkou nebo koprem, obložíme na plátky nakrájenými rajčaty a okurkami. Podáváme s bramborami.

133. Drobné rybky dušené na kmíně

800 g ryb, sůl, pepř, kmín, hladká mouka, 1 cibule, 50 ml oleje, 100 ml vývaru

Drobné rybky osolíme, opepříme, nakmínujeme a obalíme v mouce. Nakrájenou cibuli zpěníme na oleji, vložíme připravené ryby a podlijeme hovězím nebo zeleninovým vývarem. Vše dusíme asi 10 minut pod pokličkou.

134. Pikantní rybí guláš

500 g ryby, 60 g sádla, 100 g cibule, 1 krabička mražené polévkové zeleniny, paprika, sůl a petrželka

Na sádle osmahneme nakrájenou cibuli, přidáme papriku a mraženou zeleninu. Osolíme a asi 20 minut společně dusíme. Pak přidáme na kousky nakrájenou rybu a společně dusíme dalších 15 minut. Porce zdobíme na talíři nakrájenou petrželkou.

135. Amur s lečem

800 g amura, 40 ml oleje, 200 g sterilovaného leča, 50 g čerstvých žampionů, kečup, pepř a sůl

Porce amura osolíme, opepříme a opečeme na oleji. Lečo prohřejeme, přidáme orestované žampiony a dochutíme kečupem. Porce ryby přelijeme na talíři směsí leča a žampionů.

136. Ryba se žampiony

600 g ryby, 250 g čerstvých žampionů, 50 g másla, 1 cibule, mletý kmín, pepř, 1 vejce, trocha hladké mouky, 0,5 dl smetany a petrželka

Naporcované kousky ryb okořeníme, obalíme v mouce a ve vejci a na rozpáleném másle usmažíme dozlatova. Na plátky nakrájené žampiony podusíme na zpěněné cibulce, přidáme smetanu, petrželku a podusíme doměkka.

137. Ryba dušená na hořčici

750 g ryby, 100 g másla, sůl, 50 g plnotučné hořčice, 50 g nadrobno nakrájené cibule, 30 g hladké mouky, 20 g nastrohaného křenu a citrón

Rybu nakrájíme na porce, posolíme, potřeme hořčicí, zakapeme citrónem a necháme v chladu uležet. Pak ji opečeme po obou stranách na másle, podlijeme a asi 10 minut dusíme. Dušenou rybu vyndáme a posypeme cibulí a nastrohaným křenem. Šťávu zaprášíme moukou, osmahneme, zředíme vodou a povaříme. Poté rybu šťávou polijeme.

138. Smažený karas se sýrovým obalem

800 g karase, sůl, hladká mouka, 100 g tvrdého sýra, 160 g oleje, petrželka a citrón

Osolené porce karase obalíme ve směsi mouky a strouhaného sýra., na oleji je pak dozlatova osmažíme. Sýr nesmí při smažení zhnědnout, jinak by zhořkl. Porce ryby zdobíme sekanou petrželkou a plátky citrónu.

139. Tloušť pečený s pórkem

4 tloušti, 2 cibule, 2 pórký, 8 lžic oleje, ocet, sůl, kopr

Tlouště nakrájíme na větší dílky, osolíme a urovnáme do zapékací misky. Na ně narovnáme kolečka cibule a pórků, zalijeme olejem smíchaným s octem a pečeme půl hodiny v troubě. Před podáváním posypeme drobně nakrájeným koprem.

140. Tloušť dušený se sýrem

2 tloušti, 1 cibule, 60 g slaniny, 30 g ředkviček, 2 dcl červeného vína, sůl, paprika, 80 g strouhaného sýra

Tlouště podélně rozdělíme, stáhneme kůži a odstraníme část kostí. V kastrolu na slatině osmažíme cibuli, přidáme filé z tloušťů, osolíme, popaprikujeme, opepříme a přidáme nastrouhané ředkvičky a červené víno. Směs podusíme doměkka a podáváme sypanou nastrouhaným sýrem. Vhodná příloha jsou špagety.

141. Parma na rajčatech

2 větší parmy, 5 lžic oleje, 400 g rajčat, hladká mouka, bobkový list, tymián, 2 stroužky česneku, pepř, sůl, petrželka

Očištěnou parmu bez kůže podélně rozdělíme. Okořeníme pepřem, česnekem utřeným se solí, bobkovým listem a tymiánem, pokapeme olejem a necháme v chladu odležet. Odleželé ryby obalíme v hladké mouce a opečeme na zbylém oleji. Ve výpeku opečeme oloupaná a na plátky nakrájená rajčata a druhý stroužek česneku, osolíme, opepříme. Směs nalijeme na opečené ryby a následně posypeme jemně nakrájenou petrželkou.

142. Rybí závitky

4 plotice, 8 užších plátků anglické slaniny, sůl pepř, paprika, 40 g sádla, lžička hladké mouky, 1 kyselé jablko, 2 sterilované okurky, kari

Očištěné plotice podélně rozdělíme, stáhneme kůži a odstraníme část kostí. Filátka osušíme, osolíme, posypeme pepřem a paprikou. Na každé položíme plátek anglické slaniny, sbalíme a spojíme párátkem. Závitky obalíme v hladké mouce a zvolna opečeme na sádle. Do výpeku nastrouháme jablko, přidáme nadrobno nakrájenou okurku, podusíme a přidáme kari. Závitky přeléváme šťávou a podáváme s rýží.

143. Rybí nákyp

700 g drobných rybek, 4 lžice oleje, 5 rajčat, 1 velká cibule, 1 mrkev, 30 g másla, 30 g hladké mouky, majoránka, trochu kopru a petrželky, 50 g strouhaného sýra, pepř, sůl

Očištěné a osolené ryby opečeme na oleji, k nim přidáme oloupaná rajčata, cibuli nakrájenou na plátky a kolečka mrkve, pak vše dusíme v troubě. Z másla a mouky připravíme světlou jíšku, zředíme ji šťávou z pečení, povaříme přidáme do ní majoránku, kopr a petrželku, špetku pepře a podle chuti osolíme. Do zapékací mísy narovnáme ryby se zeleninou, zalijeme omáčkou, posypeme strouhaným sýrem a zapečeme.

144. Rybí filé v rumu

800 g filé, 30 g tuku, 100 ml rumu, 100 ml smetany, hladká mouka, sůl

V kastrolu rozežhřejeme tuk, vložíme naporcované filé, osolíme a 5 minut dusíme. Potom filé zalijeme smetanou, ve které jsme rozmíchali trochu mouky a rumu. Pak kastrol dáme do rozežháté trouby a asi 10 minut dusíme. Podáváme s bramborovou kaší a salátem z čerstvé zeleniny.

SALÁTY A POMAZÁNKY

1. Silvestrovské rybí chlebičky	str. 195	31. Krém z pečeného kapra	str. 199
2. Salát "GIEWONT"	str. 195	32. Pochoutková rybí pomazánka	str. 199
3. Silvestrovský kaviárový salát	str. 195	33. Salát z amura se zeleninou	str. 200
4. Silvestrovské jednohubky	str. 195	34. Jarní salát z tolstolobika s majonézou	str. 200
5. Sofia pasta	str. 195	35. Salát ze pstruha	str. 200
6. Bramborový salát s uzenými rybami	str. 195	36. Letní rybí salát	str. 200
7. Indický rybí salát	str. 195	37. Rybí pasta	str. 200
8. Kapří salát	str. 196	38. Pomazánka z mlíčí	str. 200
9. Rybí pomazánka z uzené makrely	str. 196	39. Salát ze pstruhů	str. 201
10. Rybí salát	str. 196	40. Pstruží salát	str. 201
11. Salát z úhoře	str. 196	41. Pstruží krém	str. 201
12. Kamčatský salát z kaprů	str. 196	42. Ruský rybí salát	str. 201
13. Kapří salát po jemensku	str. 196	43. Salát ze zbytků vařených ryb	str. 201
14. Rybí pomazánka z dušené ryby	str. 197		
15. Falešná humrová pomazánka	str. 197		
16. Lososová pomazánka	str. 197		
17. Pomazánka „a la“ humr	str. 197		
18. Salát z kapra na toustu	str. 197		
19. Rybí salát I.	str. 197		
20. Rybí salát II.	str. 198		
21. Rožmberský salát	str. 198		
22. Kapří salát s křenem	str. 198		
23. Kapří salát se žampiony	str. 198		
24. Staročeský kapří salát	str. 198		
25. Rybí salát s rýží	str. 198		
26. Rybí pomazánka na chlebičky	str. 199		
27. Rybí pěna	str. 199		
28. Rybí škvarky	str. 199		
29. Rybí pochoutka	str. 199		
30. Pikantní rybí pomazánka	str. 199		

1. Silvestrovské rybí chlebíčky

1/2 kg kapra nebo jiné ryby, 5 dkg cibule, 2 natvrdo vařená vejce, 10 dkg sterilovaného hrášku, 20 dkg majonézy, veka, nakládaná kapie

Rybu zbavíme kůže a uvaříme v osolené vodě. Maso vykostíme, pokrájíme, přidáme nakrájenou cibuli a vejce, hrášek a majonézu. Dobře promícháme a natíráme na plátky veka, zdobíme kapií.

2. Salát "GIEWONT"

Kapr nebo štika, sůl, ocet, pepř, bobkový list, nové koření, 200 g tvrdého sýra, nakládané feferony, 200 g kečupu, červené víno

Rybu uvaříme v osolené vodě s trochou octa a kořením. Maso zbavíme kůže a kostí, přidáme tvrdý sýr nakrájený na malé kostičky, 1 lžičku pokrájených feferonů, kečup a 3 lžičky červeného vína a dobře promícháme.

3. Silvestrovský kaviárový salát

Štika nebo kapr, sůl, ocet, 150 g kaviáru, 5 citronů, cukr, olej, cibule, aspik

Rybu udusíme v osolené a okyselené vodě, maso zbavíme kůže a kostí, přidáme kaviár a šťávu z citronů smíchanou v poměru 1 : 1 s olejem. Podle chuti přisladíme. Zdobíme kolečky cibule a aspikem.

4. Silvestrovské jednohubky

Sladkovodní ryby, olej, zázvor, paprika, 6 stroužků česneku, sůl

Vařené, udušené nebo upečené ryby zbavíme kostí a kůže a umeleme. Na 200 g ryb přidáme 3 lžičky oleje, 1/2 lžičky zázvoru, 1/2 lžičky papriky, 6 utřených stroužků česneku s kávovou lžičkou soli. Vše dobře promícháme. Pomazánku natíráme na kolečka bílého pečiva.

5. Sofia pasta

500 g sladkovodních ryb, 200 g kečupu, olej, česnek, sůl, pepř

Ryby dobře nasolíme, vydatně potřeme česnekem a upečeme na oleji. Měkké maso zbavíme kůží a kostí, pokrájíme na malé kousky, smícháme s kečupem, ochutíme lžičkou pepře a 5 většími rozetřenými stroužky česneku, podle chuti dosolíme. Používáme jako pomazánku.

6. Bramborový salát s uzenými rybami

300 g vařených brambor, 400 g uzených sladkovodních ryb, cibule, mletý pepř, natvrdo uvažené vejce, 2 sladkokyselé okurky, pažitka, sůl

Uzené ryby zbavíme kůže a všech kostí a drobně je nakrájíme. Brambory vařené ve slupce oloupeme a nakrájíme na kostičky a promícháme s rybami. Přidáme drobně nakrájenou cibuli, koření a vše promícháme. Jednotlivé porce zdobíme kousky ryb, nakrájenými okurkami a vejcem.

7. Indický rybí salát

1 kg malých ryb, 3 dcl oleje, sůl, 4 stroužky česneku, 250 g cibule, 50 g zelené a 50 g červené papriky, půl lžičky zázvoru, špetka kari, mletého kmínu, mletého koriandru, pepře, pálivé papriky, 3 dcl octa, lžička cukru

V horkém oleji opékáme pokrájené rybky do křupava. Ostatní přísady smícháme a na zbylém oleji dusíme 5 minut (česnek utřeme, cibuli a papriky nakrájíme na kolečka). Přidáme ryby, necháme 3 dny v chladu proležet a studené podáváme.

8. Kapří salát

Čtvrtky kapra, cibule, zelený hrášek, majonéza, tvrdý sýr, červená kapiie v oleji

Do vroucí vody vhodíme čtvrtky kapra, 10 minut povaříme, maso vybereme a zbavíme kostí. Přidáme poloviční množství drobně krájené cibule, zelený nakládaný hrášek a vše promícháme s čerstvou majonézou. Upravíme na míse a posypeme strouhaným sýrem, zdobíme kapií.

9. Rybí pomazánka z uzené makrely

Uzená makrela, cibule, 2 lžičky plnotučné hořčice, 4 trojúhelníčky taveného sýra, majolka nebo tatarka, sůl

Uzenou makrelu obereme z kostí a zbavíme kůže. Maso nakrájíme na drobno. Vejce uvaříme na tvrdo. Do mísy dáme maso, nastrouháme vajíčka na jemno a přidáme všechny ingredience. Všechno zamícháme. Kdo má rád jemnější, rozšleháme. Necháme vychladit a ztuhnout.

10. Rybí salát

150 g kyselých rybiček, 50 g majonézy, 2 vejce, 20 g sladkokyselých okurek, pepř, sůl

Vejce uvaříme natvrdo a rozkrájíme je stejně jako rybičky a okurky. Vše promícháme s majonézou a dochutíme. Podáváme s chlebem.

11. Salát z úhoře

500 g úhoře, 50 g oleje, 200 g cibule, 30 g kopru, 30 g petrželové natě, 100 g nakládaných oliv, po půl lžičce soli a pepře, 2 lžice pomerančové šťávy, 1,5 dcl jogurtu

Úhoře upečeme na oleji, zbavíme kůže a kostí a nakrájíme. Ve výpeku podusíme cibuli a přidáme k masu spolu s nakrájeným koprem a petrželí vypeckovanými rozpůlenými olivami a ostatními přísadami. Promícháme a vychladíme.

12. Kamčatský salát z kaprů

3/4 kg pečeného kapra, 1/4 kg brambor, 100 g mrkve, 100 g celeru, 100 g majonézy, 100 g zavařených brusinek, 100 g jogurtu

Pečeného kapra zbavíme kůže a kostí a pokrájíme na malé kousky. Brambory ve slupce, celer s mrkví uvaříme v osolené vodě a vystydlé nahrubo nastrouháme, přidáme k rybě spolu s brusinkami a vše promícháme s majonézou rozšlehanou s jogurtem.

13. Kapří salát po jemensku

400 g kapra, sůl, 1 dcl oleje, půl lžičky karí, půl lžičky papriky, 100 g naťové cibule, 200 g ředkviček, 1/2 dcl vody

Rybu osolíme, upečeme na oleji, zbavíme kůže a kostí a pokrájíme. Ředkvičky nahrubo nastrouháme, cibuli nadrobno pokrájíme. Vše přidáme s vodou i kořením k rybě a promícháme. Salát podáváme vychlazený.

14. Rybí pomazánka z dušené ryby

300 g vykostěné ryby, 100 g majolky, 1 lžíce hořčice, 2 lžíce oleje, cukr, sůl, worcester, citronová šťáva

Rybu nakrájíme, osolíme a na oleji podusíme doměkka. Po vychladnutí nasekáme, přidáme majolku smíchanou s hořčicí, solí, cukrem, worchesterem a citronovou šťávou a dobře promícháme. Necháme vychladit a tuhnout v lednici.

15. Falešná humrová pomazánka

filé, sůl, majonéza, bílý jogurt, citron, cukr, worchestrová omáčka.

filé uvaříme v osolené vodě, po vychladnutí rozmačkáme vidličkou, smícháme s majonézou a bílým jogurtem, dochutíme citronem, špetkou cukru a kapkou worcesteru

16. Lososová pomazánka

50 g uzeného lososa, 3 na tvrdo uvařená vejce, 100 g másla, 1 cibule, citronová šťáva, 2 lžíce mléka, sůl

máslo utřeme do pěny, přidáme nastrouhaná vejce, lososa, cibuli, mléko citronovou šťávu, sůl. Vše důkladně promícháme a necháme vychladit.

17. Pomazánka „a la“ humr

400 g rybího filé, 2 majolky, 1 jablko, 1 cibule, 1 lžíce kečupu, citronová šťáva, sůl, pepř

Filé vaříme asi 12 minut do měkka. Uvařené filé nakrájíme na malé kousky. Jemně nakrájené jablko a cibuli přidáme k filé. Přidáme kečup, majolku, citronovou šťávu, sůl, pepř podle chuti. Vše promícháme a necháme odležet do druhého dne v lednici.

18. Salát z kapra na toustu

400 g filé z kapra, 100 g celeru, 1 é g mrkve, sladkokyselá okurka, majonéza, sardelová očka, kapary, cibule, pepř, sůl, toustový chleba

Filé z kapra krátce blanšírujeme, vykostíme a rozsekáme na kousky. Uvařený celer a mrkev nakrájíme nadrobno a spojíme s pokrájenou, vymačkanou okurkou. Pak vše smícháme se šálkem majonézy, opepříme a osolíme. Salát nanášíme na nasucho opečené toasty, zdobíme sardelovým očkem s kaparou a na tenko pokrájenou cibuli.

19. Rybí salát I.

1 kg rybího masa, 1 l octa, 1 l vody, 8 bobkových listů, 12 kuliček nového koření, 12 kuliček pepře, 2 větší cibule, 3 menší mrkve, lžička hořčice, sladko - kyselá okurky, tatarka nebo majolka, sůl, pepř

Ocet, vodu a koření povaříme.. přidáme rybí maso a od doby varu vaříme cca 7 minut. Necháme trochu vychladnout a vybereme velké kosti (malé se rozloží). Zvláště uvaříme mrkev. Smícháme na drobno nakrájenou cibuli, mrkev, kyselá okurky, lžičku hořčice, tatarku nebo majolku (vše podle chuti). Promícháme v míse a necháme nejméně 24 hodin v lednici uležet.

20. Rybí salát II.

500 g menších ryb, sůl, pepř, nálev Deko nebo Nova, cibule, nakládaná zelenina Moravanka, majolka

Ryby se povaří ve slané vodě. Z uvařených ryb se vyndá páteř, větší kosti a stáhne se kůže. Maso naložíme do nálevu z Deka nebo Novy. Nálev se precedí (odstranit hořčičné semínko). přidáme nakrájenou cibuli a necháme uležet v lednici 3-5 dní. Nálev scedíme, maso pokrájíme na menší kousky. Přidáme pokrájenou zeleninu Moravanku bez šťávy. Přidáme majolku a dochutíme. Pro ostřejší salát je možno přidat feferonku.

21. Rožmberský salát

400 g kapřího masa, sůl, pepř a olej na smažení, 150 g vařené zeleniny (mrkev, celer), 2 kyselé okurky, 2 lžíce sterilovaného hrášku, 50 g cibule, 100 g vařených brambor, sůl, 2 lžíce octa, lžička cukru, 350 g okořeněné majonézy

Kapří maso osolíme, opepříme a po obou stranách na oleji opečeme. Pečeného kapra po vychladnutí vykostíme a rozebereme na kousky, dáme do misky a přidáme na malé kostičky nakrájenou mrkev, celer, cibuli, okurky a brambory, přidáme hrášek, dosolíme, přelijeme oslazeným octem a promícháme. Nakonec vmícháme majonézu. Necháme proležet a dobře vychladit.

22. Kapří salát s křenem

1/2 kg kapra, 150 g majonézy, 100 g strouhaného křenu, máslo, sůl

Kapra stáhneme a udusíme na másle. Maso vykostíme a pokrájíme, přidáme majonézu a křen , podle chuti osolíme a podáváme s bílým pečivem.

23. Kapří salát se žampiony

500 g pečeného kapra, 250 g nakládaných žampionů, 100 g sterilovaného hrášku, 100 g majonézy, 150 ml mléka, citron, 2 rajčata, vejce natvrdo

Rybí maso bez kostí a kůže nakrájíme nadrobno, přidáme nakrájené žampiony, hrášek a majonézu ředěnou mlékem a ochucenou citronovou kůrou. Salát vychladíme, ozdobíme plátky rajčat, citronu a vajec.

24. Staročeský kapří salát

300 g vařeného kapra, 2 cibule, 100 g sterilovaného hrášku, 100 g majonézy, 50 g tvrdého sýra, + kapie naložená v oleji

Vařené maso vykostíme a rozsekáme na kousky, přidáme nadrobno nakrájené cibule, hrášek, majonézu a dobře promícháme. Dáme do mísy a posypeme směsí strouhaného sýra a cibule. Ozdobíme kapií.

25. Rybí salát s rýží

250 g uzené ryby, 100 g ementálu, 1 jablko, 150 g vařené rýže, pepř, sůl, cukr, 250 ml zakysané smetany

Uzenou rybu vykostíme a nakrájíme na kousky. Přidáme kostky sýra a nastrouhané jablko. Promícháme, přidáme rýži, pepř, sůl, cukr a smetanu. Salát znovu promícháme a necháme v chladu proležet.

26. Rybí pomazánka na chlebičky

500 g vařené ryby, 1 cibule, 2 vejce natvrdo, 100 g sterilovaného hrášku, 200 g majonéza, sůl

Vykostěné maso nakrájíme nadrobno, přidáme nadrobno nakrájenou cibuli a vejce, sterilovaný hrášek a majonéz. Osolíme a promícháme. Vychladíme a mažeme na veku. Zdobíme dle chuti.

27. Rybí pěna

200 g pečené ryby, 1 bílek, sůl, pepř, 250 ml smetany ke šlehání

Pečenou rybu vykostíme, umeleme, přidáme bílek, osolíme, opepříme a promícháme. Vše dáme do hlubší nádoby obložené ledem. Postupně po lžících přidáváme smetanu a šleháme do ztuhnutí. Dobře vychladíme.

28. Rybí škvarky

500 g rybího masa, sůl, paprika, pepř, hladká mouka, 100 g sádla

Rybí maso nakrájíme na centimetrové plátky, osolíme, okořeníme a obalíme v mouce. Smažíme v rozpáleném sádle dohněda. Škvarky můžeme podávat teplé i vychladlé.

29. Rybí pochoutka

300 g rybího masa, sůl, 150 ml smetany ke šlehání, 60 g křenu

Pečenou, dušenou nebo vařenou rybu vykostíme, zbavíme kůže a umeleme. Osolíme, promícháme se smetanou a strouhaným křenem a hned podáváme bílým pečivem.

30. Pikantní rybí pomazánka

250 g pečené ryby, 100 g taveného smetanového sýra, 50 g másla, 10 g hořčice, 30 ml kečupu, strouhaný křen, sůl, pepř

Sыр s máslem utřeme do pěny, postupně přimícháme ostatní přísady a nakonec přidáme vykostěné rybí maso bez kůže.

31. Krém z pečeného kapra

200 g pečeného kapra, 15 g oleje, sůl, 100 ml smetany ke šlehání, citronová kůra, chilli koření

Kapří maso vykostíme, stáhneme kůži a rozmixujeme s ostatními ingrediencemi.

32. Pochoutková rybí pomazánka

250 g pečeného rybího masa, 100 g tvrdého sýra, 2 vejce natvrdo, 100 g majonézy, 30 ml kečupu, 10 g sardelové pasty, 1 cibule, hořčice, sůl

Vejce a cibuli nakrájíme nadrobno, přidáme strouhaný sýr, vykostěné rybí maso bez kůže a s dalšími ingrediencemi dobře promícháme. Necháme vychladit.

33. Salát z amura se zeleninou

1 kg amura, sůl, 3 cibule, 300 g kyselých okurek, 150 g sterilované mrkve, ocet, jogurt, tatarská omáčka, citronová šťáva, pepř

Rybu uvaříme v osolené vodě. Po vychladnutí vykostíme, maso rozebereme na menší kousky. Přidáme nakrájenou okurku, mrkev a cibuli, přidáme jogurt, tatarskou omáčku a pepř. Promícháme a necháme v lednici jeden den odležet.

34. Jarní salát z tolstolobika s majonézou

200 g vařené ryby, 2 vejce, hlávka salátu, majonéza, citronová šťáva, sůl

Rybu vykostíme a nakrájíme na menší kousky. Na tvrdo uvařená vejce nakrájíme, salát nakrájíme na delší pruhy, osolíme a ochutíme citronovou šťávou. Promícháme a vychladíme.

35. Salát ze pstruha

4 filety ze pstruha, sůl, citronová šťáva, 15 dcl bílého vína, 100 g žampionů, 1 nakyslé jablko, dýňový kompot, 2 lžice smetany ke šlehání, 2 lžice bílého jogurtu, kopr, řeřicha

Filety osolíme a potřeme citronovou šťávou. V pánvi přivedeme do varu víno, vložíme filety, aby byly potopené a necháme je cca 3 minuty dusit. Opatrně vyndáme a rozdělíme je na menší kousky. Narovnáme je na mísu a na ně dáme plátky dušených žampionů, jablka a kostičky dýně. Pro lehkou zálivku zlehka ušleháme smetanu, vmícháme jogurt a jemně nasekaný kopr s řeřichou. Osolíme dochutíme citronem a zálivkou přelijeme pstruha.

36. Letní rybí salát

1 kg ryby, 6 rajčat, petrželka, 2 vejce, 4 lžice mouky, 1 lžička másla, 1 lžice hořčice, ocet, sůl, cukr, 1 cibule

Uvařenou rybu vykostíme a nakrájíme na menší kousky. Rajčata spaříme, oloupeme, nakrájíme na menší kousky a smícháme s rybou a nakrájenou cibulí. Rozložíme na mísu. Zálivka: vejce smícháme s moukou, máslem, hořčicí, několika kapkami octa, solí, cukrem a zředíme trochou vody. Za stálého míchání vaříme do zahuštění. Po vychladnutí rybu s cibulí a rajčaty zalijeme.

37. Rybí pasta

400 g vařené ryby, 100 g másla, sůl, pepř, citronová šťáva

Z vařených ryb stáhneme kůži, vykostíme a umeleme. Máslo ušleháme na pěnu a přidáme rybí maso. Osolíme, opepříme a ochutíme citronem. Necháme vychladit. Mažeme na veku.

38. Pomazánka z mlíčí

200 g mlíčí, 100 g másla, 2 žloutky uvařené natvrdo, sůl, ocet, 1 cibulka, 1 sladkokyselá okurka, 1 lžice hořčice

Mlíčí necháme srazit ve vařící vodě, po chvíli vyjmeme, zbavíme blan a utřeme s máslem a žloutky. Přidáme nadrobno nasekanou okurku, cibulku, hořčici a žloutky a podle potřeby osolíme a vše dobře promícháme.

39. Salát ze pstruhů

600 g pstruhů, 50 g másla, 150 g žampionů, 150 g rajčat, 150 g čerstvých okurek, 150 g jogurtu, půl lžičky pepře, špetka estragonu, 4 salátové listy, natvrdo vařené vejce, sůl

Pstruha osolíme, upečeme na másle, vykostíme a nakrájíme. Ve výpeku dusíme nakrájené žampiony a k rybě je přidáme spolu s nakrájenými rajčaty a okurkami. Vše zalijeme osoleným a okořeněným jogurtem. Podáváme na salátových listech s šestinkami vařeného vajíčka.

40. Pstruží salát

300 g pečeného pstružího masa, 300 g sterilovaného chřestu, 300 g kompotovaného ananasu, 150 g majonézy, 150 g šlehačky, sůl

Pstruží maso bez kůže a kostí, chřest a ananas nakrájíme na malé kousky, šlehačku rozmixujeme s majonézou, dosolíme a vše promícháme.

41. Pstruží krém

1/2 kg pečeného pstružího masa, 200 g nakládané červené řepy, 2 dcl jogurtu, 2 dcl šlehačky, 50 g křenu, sůl

Pstruží, na másle pečené maso bez kůže a kostí nakrájíme na velmi malé kousky. Červenou řepu nadrobno nastroháme, přidáme k rybě, zalijeme jogurtem, šlehačkou, osolíme, vychladíme a před podáváním posypeme strouhaným křenem.

42. Ruský rybí salát

2 vejce, 300 g pevného bílého rybího masa, 3 lžice zakysané smetany, 3 lžice majonézy, 1 lžice nasekané petrželové natě, sůl a pepř, 2 větší rajčata, tenké plátky citrónu, snítky petrželové natě, řapíkatý celer na ozdobení

Vejce uvaříme natvrdo, oloupeme, z jednoho vejce vyjmeme žloutek a odložíme stranou. Bílek a druhé vejce nakrájíme. Rybí maso uvaříme, dáme do mísy a vidličkou ho rozdělíme na drobné kousky. Přimícháme vejce, smetanu, majonézu, nasekanou petržel, osolíme, opepříme. Rajčata nakrájíme na čtvrtiny a pokryjeme rybím salátem. Žloutek protlačíme sítem a posypeme ním salát. Ozdobíme stočenými plátky citrónu, lístky petržele a řapíkatým celerem.

43. Salát ze zbytků vařených ryb

400 g vařeného rybího masa, citronová šťáva, 1 menší cibule, 2 jablka, 150 g majonézy

Vykostěné a pokrájené rybí maso pokapeme citronovou šťávou, přidáme najemno nakrájenou cibuli, oloupaná a jadřinců zbavená nakrájená jablka a ihned spojíme majonézou. Salát necháme nejméně 4 hodiny odležet v lednici.

Dobrou chut'