

Pastrmka na seoski nacin



Sastojci

Potrebno je:

- pastrmka 3 komada (to je oko 900 g)
- so po ukusu
- 3 kašike suvog biljnog zacina
- 50 g brašna T-500
- 1 dl suncokretovo ulje
- sok od 1 limuna

Za dekoraciju:

- po želji (u opvom slučaju je limun, pomorandža, zelena salata, krastavci, paprika)

Priprema

Tri komada pastrmke predhodno ocistiti, ukoliko kupite svežu pastrmku. Postupak cišćenja je: Iseci uz duž trbušni deo celom dužinom od repa do glave i iscupati svu iznutricu, takođe je bitno odkloniti i škrge iz glave, kako kasnije tokom prženja, pastrmka ne bi dobila gorak ukus.

Zatim dobro oprati vodom. Ocediti. Ribu posoliti po ukusu, ali ne previše, jer zatim u svaku ribu staviti po malu kašiku zacina ili vegete, rasporediti po unutrašnjosti, ali paziti da tokom prženja sadržaj ne iscuri, ribu okretati pažljivo najbolje metalnom štipaljkom za roštilj.

Zatim svaku ribu uvaljati sa obe strane u brašno, i pržiti u zagrejanom ulju (proveriti sa mrvicom brašna, da li je ulje zagrejano, jer bitno je ne spuštati ribu u hladno ili nedovoljno zagrejano ulje).

Kako bi se izbeglo skidanje kožice ili lomljenje ribe tokom prženja, ribu pržiti na umernoj temperaturi, da prvo

uhvati pokoricu i porumeni sa jedne strane, pa tek onda okrenuti da se prži sa druge, jer u suprotnom ce doci do raspadanja ribe.

Ukupno vreme prženja je oko 20 minuta.

Tokom serviranja ribu preliti sa sveže isceenim sokom limuna. PRIJATNO!