

Skuša u papiru za pečenje



težina: **lako**

za: **2 osoba**

vreme pripreme: **60 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **300 g (1 kom)** zamrznute skuše
- **malomešavine** mediteranskog zacinskog bilja
- **malosoli**

Ostalo:

- **200 g (2 kom)** krompira
- **100 g (2 kom)** tanje šargarepe
- **3 režnja** mariniranog sušenog paradajza
- 3 zelene masline u slanici
- 1/2 limuna
- **malosoli**
- **malomaslinovog** ulja

Za dresing:

- **2 cenabelog** luka
- **malomešavine** mediteranskog zacinskog bilja
- **malosoka** od limuna
- **malomaslinovog** ulja

Priprema

Zamrznutu skušu ostaviti preko noci na prohladnom mestu da se polagano odledi. Skuša je morska riba koja nema krljušt i samim time se može brže ocistiti.

Skuši odrežite glavu i ostrim nožem zarezati potrbušnu stranu od gornjeg dela prema repu i izvaditi iznutrice.

Očišćenu skušu oprati pod mlazom mlake vode.

Pripremiti mešavinu soli i zacinskog bilja u dobro utrljati u skušu sa svih strana te pustiti da odstoji dok se ne pripreme ostale namirnice.

Krompir oprati, oljuštiti i iseci na tanke kriške te ostaviti u vodi do upotrebe (da ne bi potamnio). Šargarepu oprati, oljuštiti i iseci na tanke kolutove. Svaku trakicu mariniranog sušenog paradajza iseci na tri dela. Masline prepoloviti. Limun oprati i iseci na 4 tanke kriške. Iseci vece parce papira za pecenje (tako da se može obaviti ispod ribe i povrca i poklopiti). Papir za pecenje nauljiti sa malo maslinovog ulja i unutrašnju i vanjsku stranu. Uzeti tepsiju takve velicine da stane ispružena riba sa povrcom. U tepsiju staviti papir za pecenje da bude do vrha jedne strane, a druga strana papira da slobodno visi. Iseceni krompir ocediti i posloliti te slagati u sredinu papira za pecenje samo do velicine skuše. Na krompir slagati kolutove šargarepe, rasporediti komadice mariniranog sušenog paradajza i polovine maslina te po sredini staviti 4 koluta limuna.

Na limun staviti raširenu skušu tako da trbušna strana bude na limunu.

Lagano ribu pokriti papirom za pecenje sa svih strana te papir za pecenje isto sa svih strana zaheftati sa heftericom. Pletecom iglom ili štapicem za ražnjice izbušiti rupice na papiru za pecenje na nekoliko mesta (da bi para mogla polako izlaziti). Rernu zagrejati na 200 stepeni.

Tepsiju sa ribom u papiru staviti u rernu i peci 45 minuta. Dok se skuša pece pripremiti dresing: Izrendati beli luk ili ga sitni iseckati ako nemate rendu za beli luk. Izrendanom belom luku dodati mešavinu mediteranskog zacinskog bilja, malo soka od limuna i malo maslinovog ulja. Na ovaj nacin se dobije gusti dresing a ako želite da bude reši dodajte maslinovog ulja i soka od limuna. Nakon 45 minuta na jednom mestu zarezati papir i proveriti da li su krompir i šargarepa peceni. Ako su mekani, zarezati papir i podici ga.

Skušu izvaditi na dasku za secenje i okrenuti trbušnu stranu prema gore.

Oprezno izvuci kicmenu kost. Kada je riba dobro pecena kost se veoma lako izvadi. Skušu možete iseci na parcad ili ostaviti 2 polovine. Možete skinuti i kožu koja se veoma lako skida i ne oštecuje izgled skuše.

Skušu servirati prelivenu dresingom i pecenim povrcom, a možete dresing servirati posebno da si svako sam preliva skušu prema želji.

Savet

Pratim trendove u kuvanju, mnogo recepata proitam na internetu i pokušam izvui ono najbolje iz svega što proitam. Volim da kombiniram namirnice i naine pripreme. Morsku ribu izuzetno volim, ali mnogih vrsta nema u prodavnicama u mom mestu. Zato kada mi se pruži šansa da odem do veeg mesta (a to je stvarno retko) prvo šta potražim u duanima je morska riba. Skušu u papiru za peenje sam pripremala prvi put na ovaj nain i zbog opreznosti pravila sam samo sa jednom skušom. U toku izrade sam kombinovala namirnice i za mene je ovaj moj recept pun pogodak. Oduševio me okus i ribe i povra - sono i mono za samo 60 minuta.