

Předběžná úprava ryb sladkovodních a mořských

Zabíjení

zabíjíme těsně před zpracováním, přidržíme utěrkou, omráčíme paličkou, přeřízneme míchu a necháme pořádně zbavit krve.

Čištění ryb

šupiny odstraníme co nejdříve po zabití oškrábáním, postupujeme od ocasu k hlavě, opláchneme.

Kuchání ryb

odsekneme ploutve, rybu rozřízneme od řitního otvoru k hlavě, rukou opatrně vyjmeme vnitřnosti, poté oddělíme nejedlé části od částí dále upotřebitelných (mlíčí, jikry), odstraníme žluč, s výjimkou pstruha od většiny ryb odsekneme hlavu, důkladně omyjeme.

Vykost'ování ryb

vykost'ujeme jen ryby s velkými kostmi, rozřízneme podél hřbetu (po obou stranách) až k žeberním kostem, podél nich opatrně odřízneme maso od kostí, u platýzovitých ryb vykost'ujeme vrchní a spodní část, zbytky žeberních kostí u lososa odstraňujeme pinzetou, drobné kosti nelze u ryb odstranit.

Stahování kůže

kůži stahujeme před tepelnou úpravou, u některých ryb kůži před stažením spaříme (snadněji se sloupne), většinu ryb je vhodné před stažením rozpůlit, úhoře vykucháme, zavěsíme na háček, kůži oddělíme na vnitřní straně a směrem k ocasu stáhneme.

Nakládání ryb

nakládáme ryby očištěné, připravené, nakrájené na menší kusy, někdy na polovinu, marinujeme většinou jen krátkou dobu.

Marinování

citrónovou šťávou - potíráme po obou stranách, necháme marinovat asi 1 hodinu

pomerančovou šťávou - potíráme po obou stranách, necháme marinovat asi 1 hodinu

česnekem rozetřeným se solí - potřeme po obou stranách, používáme většinou při úpravách s cibulí, rajčaty, paprikou

s olejem - vtíráme současně s kořením do masa

s ochuceným olejem - vtíráme současně s kořením do masa

losos - nakládá se většinou do soli a cukru v poměru 1:1, necháme 24 hodin odležet a můžeme používat, jako uzeného lososa

Tepelná příprava ryb vařením

Vaření ryb se zásadně liší od vaření ostatních mas, **vždy zásadně používáme RYBÍ**

VÁRKU, samotné vaření je velmi krátké a vaříme pomalým varem - pošírujeme, takto můžeme postupovat i v případě, že vaříme rybí polévku. Z hlediska doby přípravy, lze vaření, až na přípravu rybí várky, zařadit do minutkových úprav, ryby vaříme nejlépe vždy na objednávku.

Základní postup

předem si připravíme rybí várku: voda, kořenová zelenina, cibule, sůl, ocet, citrón, celý pepř, nové koření, provaříme ji minimálně 20 minut, vložíme porcovanou rybu, pokud vaříme rybu v celku, do rybí várky ji vkládáme na podložce (lze po uvaření lépe vytáhnout

Vaření ryb na modro

při přípravě ryb na modro musíme po očištění zůstat na kůži povrchový šlem (rybu myjeme pouze studenou vodou), tento šlem v kyselém prostředí zmodrá a dodává této úpravě charakteristické zbarvení, na modro nejčastěji upravujeme kaprovité a lososovité ryby.

Kapr na modro

očištěného a vykuchaného kapra naporcujeme,
kořenovou zeleninu
a cibuli nakrájíme a vložíme do vařící osolené vody,
přidáme bobkový list, celý pepř, nové koření a
provaříme, přidáme rybu a vaříme asi
12 minut, maso přendáme na teplý talíř a přelijeme
vývarem
a přidáme plátek másla