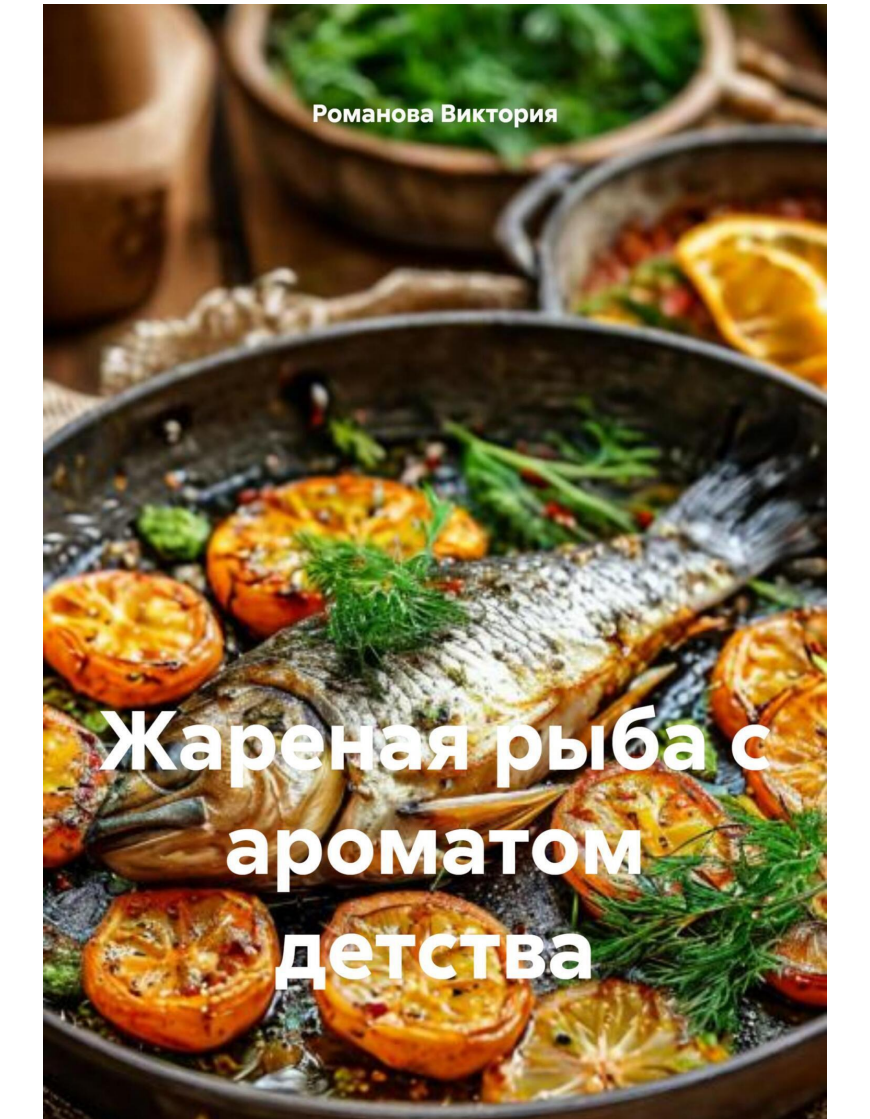




Романова Виктория

# Жареная рыба с ароматом детства

# Романова Алексеевна Виктория

## Жареная рыба с ароматом детства

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=72212992](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=72212992)*

*SelfPub; 2025*

### Аннотация

Эта книга – не просто сборник рецептов, а настоящее путешествие в детство, где на кухне всегда пахло жареной рыбой, в окне цвёл укроп, а бабушка ловко справлялась с сковородой, будто это волшебный артефакт.

“Жареная рыба с ароматом детства” – это 50 проверенных временем рецептов, в которых нет ничего лишнего, только настоящие вкусы, простые продукты и чуть-чуть семейной магии.

Внутри – караси в ржаной муке, золотистые окуньки, мойва с хрустящей корочкой, судак в кефирном маринаде, треска с картофельной шубкой и ещё множество рыбных историй, знакомых каждому, кто хоть раз ел свежую рыбу с горячей сковороды.

Эта книга для тех, кто скучает по простым радостям, умеет ценить вкусное и честное, не боится пачкать руки и любит, когда от одного запаха на кухне хочется снова стать ребёнком.

Откройте “Жареную рыбу с ароматом детства” и приготовьте – пусть хотя бы на один вечер в доме поселится уют, а в душе – тепло.

# Романова Виктория

## Жареная рыба с ароматом детства

**Жареная речная рыба в ржаной панировке**

### **Ингредиенты:**

2 крупные речные рыбины (карась, окунь или плотва)



4 ст. ложки ржаной муки



2 ст. ложки пшеничной муки



Соль, чёрный перец по вкусу



1 зубчик чеснока



5-6 веточек укропа



50 мл растительного масла



### **Приготовление:**

Выпотрошить и тщательно промыть рыбу. Обрезать плавники, обсушить салфеткой.

Натереть рыбу солью и перцем, оставить на 10 минут.

Смешать ржаную и пшеничную муку, добавить мелко нарезанный укроп и выдавленный чеснок.

Обваливать рыбу в смеси.

Разогреть масло на сковороде. Выложить рыбу и жарить на среднем огне по 6–8 минут с каждой стороны до румяной корочки.

Подавать горячей, с картофельным пюре и солёными огурцами.

## **Жареный карась с молочком**

---

### **Ингредиенты:**

2 средних карася



4 ст. ложки пшеничной муки



2 яйца



50 мл молока



Соль, перец



Масло для жарки



**Приготовление:**

Карася выпотрошить, тщательно удалить жабры и чешую.

Разрезать рыбу вдоль по хребту, вынуть молочку (если есть), посолить.

Смешать яйца с молоком, взбить до однородности.

Обваливать рыбу в муке, затем окунуть в яичную смесь.

Обжарить на хорошо разогретой сковороде по 5–6 минут с каждой стороны.

Подавать с молочком и зелёным луком.

## **Судак, жаренный в манке**

---

### **Ингредиенты:**

2 филе судака



5 ст. ложек манной крупы



Соль, смесь перцев



Масло для жарки



## **Приготовление:**

Филе судака промыть, обсушить, нарезать порционными кусочками.

Посолить, поперчить, оставить на 10 минут.

Обвалять каждый кусок в манке.

На сковороде разогреть масло. Обжарить филе по 3—4 минуты с каждой стороны до золотистой корочки.

Подавать с домашним майонезом и ломтиками лимона.

## **Сельдь, жаренная с луком**

---

### **Ингредиенты:**

2 свежих сельди



1 большая луковица



4 ст. ложки муки



1 яйцо



50 мл молока



Соль, перец



Масло



## **Приготовление:**

Сельдь выпотрошить, промыть, нарезать кусочками.

Лук нарезать полукольцами.

Взбить яйцо с молоком, обмакнуть каждый кусочек рыбы, затем обвалять в муке.

На сковороде разогреть масло, выложить лук, жарить до мягкости.

Сверху выложить рыбу, жарить с обеих сторон до румяной корочки.

Подавать, посыпав свежим луком.

## **Жареная мойва по-деревенски**

---

### **Ингредиенты:**

400 г мойвы



3 ст. ложки муки



1 ч. ложка соли



0,5 ч. ложки молотого кориандра



Масло



### **Приготовление:**

Мойву промыть, обсушить. Не потрошить – так сочнее.

Смешать муку, соль и кориандр.

Обваливать рыбу в смеси, стряхнуть лишнее.

Обжарить на сковороде с разогретым маслом по 2 минуты с каждой стороны.

Подавать горячей, с отварным картофелем.

## **Жареная треска с картофельной корочкой**

---

### **Ингредиенты:**

2 филе трески



1 средняя картофелина



2 ст. ложки муки



1 яйцо



Соль, перец



Масло



### **Приготовление:**

Картофель натереть на крупной тёрке, слегка отжать.

Филе посолить, поперчить, нарезать кусочками.

Каждый кусочек обвалять в муке, затем окунуть во взбитое яйцо и завернуть в картофельную стружку.

Жарить на среднем огне по 4–5 минут с каждой стороны.

Подавать с зелёным горошком и сметаной.

## **Рыбные котлеты “Как у бабушки”**

---

### **Ингредиенты:**

400 г речной рыбы (щука, судак)



1 луковица



2 кусочка белого хлеба



1 яйцо



2 ст. ложки манки или панировочных сухарей



Соль, перец



Масло



**Приготовление:**

Рыбу очистить от костей, пропустить через мясорубку с луком.

Хлеб замочить в молоке, добавить к фаршу.

Вбить яйцо, всыпать манку или сухари, посолить, поперчить, тщательно вымесить.

Сформировать котлеты, обвалять в муке.

Жарить на среднем огне по 3–4 минуты с каждой стороны до золотистого цвета.

Подавать с картофельным пюре и домашним соусом.

## **Жареная скумбрия с чесноком**

---

### **Ингредиенты:**

2 скумбрии



2 зубчика чеснока



Соль, перец



3 ст. ложки муки



Масло



### **Приготовление:**

Скумбрию выпотрошить, промыть, нарезать кусочками.

Натереть рыбу солью, перцем и раздавленным чесноком, оставить на 15 минут.

Обвалять в муке, стряхнуть лишнее.

Обжарить на сковороде на среднем огне по 4 минуты с каждой стороны.

Подавать с ломтиками лимона и свежей зеленью.

## **Жареный лещ с корочкой**

---

### **Ингредиенты:**

1 крупный лещ



5 ст. ложек кукурузной муки



Соль, смесь перцев



Масло



### **Приготовление:**

Леща очистить, выпотрошить, нарезать порционными кусками.

Обсушить, натереть солью и перцем.

Обваливать в кукурузной муке.

Жарить на сковороде с маслом по 5–6 минут с каждой стороны до хрустящей корочки.

Подавать с квашеной капустой или маринованными овощами.

# Жареная щука с петрушкой

---

## Ингредиенты:

1 филе щуки (около 500 г)



Пучок свежей петрушки



4 ст. ложки муки



Соль, белый перец



Масло



### **Приготовление:**

Филе щуки промыть, обсушить, нарезать кусочками.

Посолить, поперчить, посыпать мелко нарезанной петрушкой.

Обваливать в муке.

Жарить на сковороде до румяной корочки – по 4 минуты с каждой стороны.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.