Pstrąg faszerowany

Tylko z Natury

Polecane na: **przystawki i przekąski**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 2 porcje

Składniki:

- pstrągi (całe) - 3-4 szt.
- bułka tarta - 2 szt.
- mleko - 1/2 litr
- cebula - 2 szt.
- sól morska - do smaku
- pieprz mielony - do smaku
- żelatyna - 3-4 łyżeczka
- natka pietruszki - 1 pęk
- gałka muszkatołowa - do smaku
- olej do smażenia - 2 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Pstrągi myjemy, patroszymy, jeżeli mamy ryby niepatroszone. Z dwóch pozbywamy się wszystkiego oprócz mięsa. Natomiast z dwóch pozostałych pozbywamy się tylko oczu, łusek oraz skrzela. Następnie bierzemy nożyczki i przecinamy kręgosłup przy głowie i ogonie tak aby można było go wyciągnąć. Odcinamy płetwy. Wyciągamy kręgosłup (powinien ładnie wyjść z innymi ośćmi).
Mięso z 2 ryb mielimy na drobnych oczkach z odciśniętą z mleka bułką oraz podsmażoną na oleju cebulą. Do zmielonej masy dodajemy posiekaną pietruszkę, żelatynę, sól, pieprz i gałkę muszkatołową. Mieszamy masę, którą faszerujemy pozostałe 2 pstrągi i zawijamy w folię spożywczą. Związujemy ją tak żeby nie dostała się woda. Ryby gotujemy w dużej ilości wody przez pół godziny do 45 minut. Woda musi wrzeć przed włożeniem pstrągów. Ryby najlepiej smakują na zimno zalane auszpikiem rybnym (galaretą rybną)