Автор: Administrator
08.04.2011 01:00 - Обновлено 08.09.2011 13:41

Рецепт приготовления скумбрии в тесте

Ингредиенты:

- **400 г филе скумбрии,**
- **сок из 1/2 лимона,**
- **2 яйца,**
- **2 ст. ложки оливкового масла,**

- **8 ст. ложек муки,**
- **1/2 стакана сметаны,**
- **3 ст. ложки растительного масла для жаренья,**
- **соль,**
- **перец,**
- **зелень петрушки.**

Размороженное филе разделить на куски, обмыть, сбрыз-нуть лимонным соком, посолить, поперчить. Желтки растереть с оливковым маслом, сметаной и мукой, добавить взбитые в пену белки, посолить и перемешать. Рыбу погрузить в тесто, вынуть ложкой, положить в разогретый жир и жарить с обеих сторон до золотистого цвета. Уложить на блюдо, посыпать зеленью петрушки. Подавать с салатом из свежей капусты и солеными огурцами.