

Рагу из угря

Хорошо очищенного и выпотрошенного угря режут на куски толщиной в два пальца, обваливают в муке и жарят в маргарине около 10 мин. Потом рыбу снимают со сковороды и в жир подсыпают муку, которую доводят до светло-коричневого цвета.

Муку поливают шампиньоновой подливой и водой и, хорошо проварив, добавляют туда вино, рубленую сардельку, соль, перец, лимонную кислоту и сахар. Куски угря кладут в соус, дают минут десять дойти и с рисом подают к столу.

Для приготовления одного угря требуются 2 столовые ложки муки, 50 г маргарина, немного шампиньонов, 1/8л воды, 2—3 столовые ложки вина, 1 сарделька, соль, перец, лимонная кислота, сахар.

Угорь маринованный.

Угря потрошат, затем вокруг головы надрезают кожу и снимают ее. Рыбу моют, режут на куски длиной в палец, обваливают в муке, смешанной с солью, и минут десять поджаривают в маргарине. Поджаренные куски угря кладут в глиняную посуду и когда они остынут, на них через сито выливают приготовленный маринад.

Маринад готовят по двум рецептам.

- 1. 1/4л уксуса, 1/8 л воды, 1/2 чайной ложки сахара, 1 большая луковица, нарезанная кружками, 1/2 чайной ложки перца горошком, 1 чайная ложка сухой горчицы.***
- 2. 3/8 л воды, 1/8 л уксуса, 1 луковица, нарезанная кружками, 2 лавровых листка, 1/2 чайной ложки перца горошком, 1 чайная ложка сухой горчицы, 2 чайные ложки соли, 1 чайная ложка сахара, 1 лимон кружками, различная зелень.***

Рулет из угря

. Отрезав голову, разрезают спину (брюшко не вскрывают!) и удаляют позвоночник и внутренности. Хорошо моют и снимают кожу. Круто сваренные желтки и сардельку

рубят и смешивают с тонко нарезанными луком и петрушкой. Массу намазывают на распластанного угря и скатывают. Рулет крепко связывают бечевкой и заворачивают в полотняную или марлевую тряпку, полчаса кипятят в отваре. Остуженный рулет режут на четыре куса и кладут на белый хлеб.

На 1 угря (250 г) требуются 2 желтка, 2 сардельки, немного лука и петрушки. Отвар: 3/8 л воды, 3 столовые ложки уксуса, 2 чайные ложки соли, 1 чайная ложка сахара, 1/2 чайной ложки перца горошком, 1 лавровый лист.

Салат из угря и раков

Ингредиенты

300 г филе угря, 300 г раков, 4 сваренных вкрутую яйца, 100 г огурцов, 100 г майонеза, 20 г сахара, лавровый лист, семена укропа, соль.

Способ приготовления

Филе угря промыть, отварить, остудить, нарезать ломтиками. Раков промыть, отварить в подсоленной воде с добавлением лаврового листа и семян укропа, очистить. Нарезать мясо небольшими кусочками. Яйца очистить, нарезать. Огурцы вымыть, нарезать соломкой. Все смешать, посолить.

Майонез смешать с сахаром и заправить салат.

Салат "Угорь с овощами"

Ингредиенты

300 г угря, 200 г помидоров, 100 г огурцов, 50 г листьев зеленого салата, 10 г чеснока, 30 мл соевого соуса, зелень укропа и петрушки, соль.

Способ приготовления

Угорь вымыть, почистить, отварить, остудить, нарезать ломтиками. Помидоры вымыть, удалить плодоножку и нарезать дольками. Огурцы вымыть, нарезать соломкой. Листья

салата вымыть, обсушить. Чеснок очистить, очистить, вымыть, измельчить. Зелень вымыть, обсушить, нарубить. Все ингредиенты смешать, посолить, заправить соевым соусом.

Салат "Угорь с яблоками"

Ингредиенты

□ 300 г угля, 100 г яблок, 100 г огурцов, 50 г сыра твердых сортов, 50 г семян кунжута, 50 г майонеза, 30 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Угорь почистить, нарезать небольшими ломтиками и жарить на сковороде в растительном масле до готовности. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать мякоть тонкими ломтиками. Огурцы вымыть, нарезать соломкой. Сыр натереть на терке. Все ингредиенты смешать, посолить, добавить семена кунжута, заправить майонезом.