



































































































































### **Суп из мойвы с квашеной капустой**

Мойву очищают, удаляют внутренности, моют, солят, заливают холодной водой и варят пряный бульон. Когда мойва полностью разварится, бульон процеживают и на нем готовят суп. Для этого в кипящую воду кладут отжатую от рассола квашеную капусту, перец горошком, лавровый лист и варят 1 час до размягчения. В бульон вводят квашеную капусту, спассерованные на сливочном масле муку, коренья и варят до готовности. Подают с зеленью петрушки и укропа. На 1000 граммов мойвы 600 граммов квашеной капусты, 50 граммов лука репчатого, 50 граммов масла сливочного, 10 граммов муки пшеничной, 50 граммов корня петрушки или сельдерея, зелень, специи — по вкусу.

### **Рассольник из рыбы с перловой крупой**

Подготовленные куски рыбы заливают холодной водой, добавляют лук, морковь, корень петрушки и доводят до кипения. Снимают пену и варят до готовности. Готовую рыбу вынимают, бульон процеживают и варят рассольник. Для этого перловую крупу перебирают, промывают и отдельно в кастрюле варят рассыпчатую кашу. Соленые огурцы очищают от кожицы (а старые — и от семян), нарезают кубиками, заливают холодной водой до 2/3 объема и варят 30—50 минут на медленном огне. Коренья моркови, петрушки, репчатого лука слегка обжаривают. Огуречный рассол кипятят. В кипящий процеженный бульон закладывают спассерованные коренья, рассыпчатую перловую кашу, припущенные огурцы, прокипяченный огуречный рассол, лавровый лист и варят около 5 минут при слабом кипении. Готовую рыбу укладывают на тарелку, заливают рассольником, посыпают зеленью петрушки и укропа. Блюдо лучше готовить из хека, трески, щуки, толстолобика, судака. На 1000 граммов рыбы 50 граммов моркови, 100 граммов масла сливочного, 100 граммов крупы перловой, 200 граммов огурцов соленых, зелень петрушки и укропа, перец черный горошком, лавровый лист, соль — по вкусу.

### **Суп из камбалы с молоком**

Зачистить и подготовить камбалу, залить холодной водой, довести до кипения, снять пену, добавить молоко, мелко нарезанный лук, соль, нарезанный брусочками картофель. Варят 20 — 25 минут, затем добавляют горячее молоко и варят еще 10 минут. Готовый суп заправляют сливочным маслом и подают. На 100 граммов рыбы 50 граммов лука репчатого, 2 литра молока, 700 граммов картофеля, 20 граммов масла сливочного, 25 граммов корня петрушки, соль — по вкусу.

### **Свекольник с рыбой**

Подготовленные куски рыбы отваривают в пряном бульоне, осторожно вынимают, освобождают мякоть от костей и нарезают мелкими кусочками. Свеклу очищают и нарезают соломкой, заливают водой, добавляют уксус и тушат. Готовую свеклу охлаждают в отваре и соединяют с морковью, тушенной отдельно. Охлажденную свеклу, тушеную морковь заливают квасом, добавляют нарезанные соломкой свежие огурцы, мелко нашинкованный зеленый лук и зелень, нарезанную рыбу. При подаче в тарелки со свекольником положить половинку сваренного вкрутую яйца. Блюдо лучше готовить из хека, морского окуня, трески, судака. На 1000 граммов рыбы 500 граммов

свеклы, 200 граммов огурцов, 100 граммов лука зеленого, 25 граммов моркови, 1 яйцо, 300 граммов кваса, 25 граммов уксуса, зелень петрушки и укропа, соль — по вкусу.

### **Рыба (филе) отварная с соусом**

Судака или щуку (кроме морской), карпа, мукруса, хека пластуют на филе с кожей и костями, после чего нарезают порционными кусками. На поверхности кожи делают несколько надрезов. Порционные куски укладывают в посуду в один ряд кожей вверх, заливают горячей водой, уровень которой должен быть несколько выше поверхности рыбы. Добавляют соль, перец горошком, лавровый лист, нарезанные лук и корень петрушки. Варят рыбу в посудине, закрытой крышкой. После закипания удаляют пену и продолжают варку при температуре 85—90 градусов в течение 5—7 минут после закипания воды. Рыбу гарнируют отварным картофелем или картофельным пюре, поливают томатным соусом, посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

### **Форель отварная с голландским соусом**

Форель (кроме морской) очищают, потрошат, промывают и нарезают кусками. Уложив в кастрюлю кожей вверх, заливают горячей водой, добавляют мелко нарезанные лук репчатый, морковь, корень петрушки и варят при слабом кипении. Посудина при этом должна быть закрыта крышкой. Готовые куски форели раскладывают на тарелке кожей вверх, добавляют отварной картофель, поливают его растопленным сливочным маслом и посыпают зеленью укропа или петрушки.

### **Рыба, припущенная с соусом**

Припускание — разновидность варки, оно производится в небольшом количестве воды или бульона с добавлением ароматических овощей, огуречного рассола и др. Рыбу (судак, щука, но не морская, окунь морской, хек тихоокеанский) разделяют на филе с кожей без костей, нарезают порционными кусками, кладут в посуду кожей вниз, подливают горячую воду (на 1 килограмм рыбы 300 граммов воды), солят, добавляют лук репчатый, специи и припускают в посуде, закрытой крышкой при слабом кипении не более 15 минут. Бульон, полученный от припускания, используют при приготовлении соуса. Кладут на тарелку по одному куску, добавляют картофельный гарнир, поливая его растопленным маслом, а рыбу поливают томатным соусом до закрытия ее поверхности. Затем добавляют мелко нарезанную зелень петрушки или укропа.

### **Рыба, припущенная с соусом «белое вино»**

Рыбу разделяют на порционные куски с кожей и без костей, затем припускают. Берут буханку пшеничного хлеба и с нее срезают корки. Нарезают хлеб ломтиками так, чтобы гренки не были толщиной более 1 сантиметра. Затем гренки поджаривают на сливочном масле. При подаче на каждый гренок кладут припущенный кусок рыбы, сверху укладывают нарезанные ломтиками вареные белые грибы или шампиньоны, поливают соусом «белое вино», сбоку располагают отварной картофель. Блюдо можно посыпать зеленью укропа или петрушки.



### **Салака, тушенная в соусе из щавеля**

Салаку нужно разделить, обвалить в муке и обжарить, затем рыбок укладывают в один ряд в сотейник, заливают щавелевым соусом и тушат 10—15 минут. Чтобы приготовить соус, листья щавеля (без черешков), зелень петрушки, поджаренный лук, томат-пюре тушат с небольшим количеством воды 10—15 минут. После этого протирают и добавляют растертый с солью чеснок.

### **Рыба, тушенная в томате с овощами**

Тушки щуки, трески, макрели необходимо предварительно обработать трехпроцентным уксусом или лимонной кислотой для удаления специфического запаха. Тушки нарезают порционными кусками с кожей, но без костей, укладывают в глубокий противень или сотейник на слой полуготовых овощей. Слои рыбы и овощей чередуют. После закипания рыбы на поверхности плиты противень или сотейник ставят в духовку, где она доводится до окончательной готовности.

### **Копченая рыба в соусе с хреном**

Берут 1 килограмм филе рыбы горячего копчения, освобождают от крупных и мелких костей, раскладывают на тарелках и заливают соусом. Соус готовят так: к трем четвертям стакана сметаны добавляют две столовые ложки тертого хрена в уксусе, соль и сахар по вкусу. Блюдо украшают редисом, свежим огурцом, зеленью петрушки.

### **Линь по-венгерски**

Линя разделяют, промывают, обдают кипяченным уксусом, оставляют в нем рыбу на 10 минут, затем жидкость переливают в другую посуду. Морковь, корни петрушки, сельдерей после промывки натирают на крупной овощной терке, прибавляют жир, добавляют полученную массу к рыбе и заливают водой так, чтобы она не покрывала рыбу. Тушат до полуготовности. Лук, нарезанный кубиками, обжаривают на растительном масле. Овощи и лук кладут в кастрюлю, а сверху куски рыбы. Вливают кипящую воду, добавляют вино, соль, уксус, перец по вкусу и тушат около 20 минут. После этого заливают сметаной и перемешивают. Подают в той же посуде, где рыба тушилась.

### **Копченая салака в молоке**

Берут 20—30 штук копченой салаки, очищают от внутренностей и кожи, укладывают в кастрюлю, добавляют жир, перец, заливают молоком и доводят до кипения. Подают с отварным картофелем.

### **Рыба, запеченная в соусе бешамель**

Филе рыбы sprыскивают лимонным соком, кладут на огнеупорное блюдо с разогретым маслом, поливают маслом сверху и слегка запекают в духовке. Теперь нужно сделать соус. Слегка поджаренную на масле муку разводят молоком, добавляют соль и доводят до кипения. Затем добавляют лимонный сок, заливают сметаной и перемешивают с желтками. Рыбу, залитую соусом































кушанье. На гарнир рекомендуют зеленый салат со сметаной. На 250 граммов консервированного тунца 4 яйца, 4 столовые ложки воды, 1 столовая ложка сливочного масла или маргарина, 2 помидора, 10 консервированных маслин, 1 зеленый стручок перца, измельченная зелень петрушки, соль по вкусу.

#### **Омлет, фаршированный зеленым луком и морским гребешком**

Вареное мясо морского гребешка нарезают соломкой и обжаривают вместе с мелко нарезанным зеленым луком. Яйца смешивают с молоком или водой, добавляют соль, перец, хорошо взбивают и выливают на горячую сковороду с маслом. Как только яичная масса загустеет, кладут на середину ее подготовленный морской гребешок и закрывают его с двух сторон краями омлета. Готовый омлет посыпают мелко нарезанным зеленым луком. На 100—150 граммов морского гребешка 4-6 яиц, 1/4 стакана молока или воды, 1 столовая ложка топленого масла, 50 граммов зеленого лука, соль, молотый перец по вкусу.

#### **Зразы «Новинка»**

Горячий отварной картофель протирают через дуршлаг, охлаждают до 50—60 градусов по Цельсию и смешивают с сырыми яйцами. Из подготовленной массы делают лепешки. Пасту, пассерованный репчатый лук и мелко нарубленные яйца перемешивают, заправляют солью и перцем. На середину лепешки кладут фарш, сворачивают ее, придавая приплюснутую форму, панируют в сухарях и обжаривают с двух сторон на сливочном масле или маргарине. На 6—7 картофелин 1 яйцо, 3 столовые ложки панировочных сухарей, 2 столовые ложки маргарина, соль и молотый перец по вкусу. Для начинки: 100 граммов пасты «Океан», 2 головки репчатого лука, 1 столовая ложка маргарина, 1 яйцо.

#### **Рыба, жаренная по-ленинградски**

Филе с кожей и без костей, нарезанное порционными кусками, посыпают солью, перцем, панируют и жарят во фритюре. Отдельно жарят нарезанный кружочками картофель. При подаче на стол на подогретое блюдо кладут кусок рыбы, вокруг располагают кружочки жареного картофеля и посыпают все это жареным луком.

#### **Пирожки с килькой**

Раскатать в пласт тесто, стаканом вырезать кружки. Край каждого кружка смазать взбитым белком, в середине положить приготовленный фарш и половину вычищенной кильки. Край теста защипать и сформировать пирожки в виде треугольников или полумесяцев. Чтобы сделать начинку, надо мелко нарезать лук, обжарить в масле, добавить фарш, перец, мелко нарезанную зелень. Подготовленные пирожки положить на смазанный жиром противень, проколоть вилкой, смазать яичным желтком и поставить в духовку.

#### **Рыба в укропном соусе**

Разделать на порции очищенную рыбу, сбрызнуть лимонным соком, посыпать солью, положить в смазанную жиром огнеупорную форму, накрыть смазанной жиром фольгой и запечь в духовке. Из муки, молока и масла сделать соус, добавить мелко нарезанные яичные желтки,













и положить на дно слой всяких пряных и душистых кореньев, а потом слой налимов; потом опять слой кореньев, а там опять налимов, и так далее, покамест бочонок наполнится весь. После того, обивши его, налить укусом, смешанным с деревянным маслом, и, закупоря и засмоля, поставить в сухое место, где всякий день его трясти и переворачивать.

### **Щука с сельдяными молоками**

Выпотрошенную и на части разнятую щуку положить в кастрюлю с коровьим маслом, скрошенными молоками соленых сельдей, мускатным цветом, лимоном, в кружки изрезанным, и, накрыв кастрюлю, хорошо зажарить. Подавая, приправить лимонным соком. Молоки следует предварительно вымочить. Вместо них можно использовать мясо сельдей, отделенное от костей.

### **Масло из анчоусов**

Это масло может служить очень вкусной приправой для блинов. 15—20 анчоусов или просто килек очистить от костей, промыть в холодной воде, сложить в ступку.

Сюда же положить 3—4 вареных вкрутую желтка и полфунта сливочного масла, хорошо потолочить и протереть через сито, сложить в масленку или на блюдечко, придать ножом вид горки, обложить зеленым салатом или петрушкой. Масло из сельдики приготавливается так же, как и анчоусное.

### **Ветчина из рыбы**

Сделай тельное из разных рыб, столки оное с солью и перцем, мускатным орешком, травами душистыми и свежим коровьим маслом; на ободранных с карпов кожах выклади это тельное наподобие окорока, обверни в салфетку и ушей нитками, вари в белом вине, разведши немного водой, с гвоздикой, перцем и лавровым листом. Дай остынуть в этом отваре, отпуская на столы, посыпав петрушкой.

### **Пирог с кислой капустой**

Утушить с маслом кислую капусту, прибавить рубленого лука и перца. Снять кожу с какой-нибудь рыбы, саму рыбу порезать кусками, вынуть кости, посолить, поджарить в масле слегка, мешать с капустой и запечь в каком угодно тесте

### **Расстегаи с рыбой**

Приготовить постное тесто на дрожжах, взять 400 г судака или щуки (можно ставриду), очистить от костей, мелко изрубить, поджарить в полстакане растительного масла, прибавить немного мелкого перца, мускатного ореха, соли, мелко изрубленной зелени петрушки, все это хорошенько размешать, раскатать кружочками тесто, положить на них ложечку или две фарша, а сверху ломтик семги или сига, а потом опять немного фарша, загнуть края теста и защипать их так, чтобы пирожки имели продолговатую форму и середина их была бы открыта. Выпечь.

## **ГАРНИРЫ К РЫБНЫМ БЛЮДАМ**

### **Картофельное пюре**

Свежесваренный картофель тщательно разминают толкушкой, добавляя при этом сливочное масло, горячее





В готовый сметанный соус добавляют пассерованные грибы и лук, проварив в течение 5—7 минут, добавляют молотый перец и тщательно перемешивают. На 900 граммов соуса сметанного расход лука репчатого 100 граммов, грибов белых отварных или шампиньонов 60.

#### **Соус сметанный с луком**

В готовый сметанный соус добавляют пассерованный лук, соус «Южный». Проварив 5—7 минут, тщательно перемешивают.

#### **Соус польский**

Растапливают сливочное масло, варят крутые яйца, охлаждают и мелко нарезают вместе с зеленью петрушки. Все это добавляют в готовый белый соус. На 250 граммов сливочного масла 600 граммов рыбного бульона, 1—2 яиц, 35 граммов пшеничной муки.

#### **Соус молочный густой для фарширования**

Пшеничную муку пассеруют на масле, разводят, помешивая, горячим молоком, добавляют соль и бульон. На 750 граммов молока 130 граммов пшеничной муки, 130 граммов сливочного масла, 150 граммов бульона.

#### **Соус майонез**

Растирают с сахаром, горчицей и солью желтки, добавляют немного растительного масла, помешивая до получения однородной массы. После этого добавляют процеженный белый соус, уксус, протирают.

#### **Соус хрен**

Заваривают кипятком натертый хрен, вводят соль, сахар, а после охлаждения до комнатной температуры вводят уксус. На 300 граммов хрена по 20 граммов соли и сахара, 250 граммов девяти процентного уксуса, 450 граммов воды.

#### **Соус со шпиком**

Нарезают кубиками шпик и поджаривают его на сковородке. Затем добавляют мелко нарезанный лук и муку. После того, как лук и мука обжарятся, добавляют воду и хорошо размешивают. Кипятят до 15 минут. К соусу добавляют столовую ложку сметаны. На 200 граммов шпика 1—2 луковицы, 2—3 столовые ложки муки.

#### **Зеленое масло**

Разминают масло сливочное, смешивают его с мелко нарезанной зеленью петрушки, добавляют разведенную водой лимонную кислоту или лимонный сок. Можно добавить красный молотый перец и соус «Южный». Из полученной после перемешивания массы делают небольшие колбаски. На 850 граммов сливочного масла 160 граммов зелени петрушки.

#### **Соус «хрен с уксусом»**

Очищенные от кожицы и тщательно промытые корни хрена













внутренностями и -зачищают внутреннюю полость, не разрезая брюшка. Для варки и жаренья тушку можно разрезать на более мелкие куски.

\*

Для того чтобы сохранить рыбный бульон в течение нескольких дней, нужно: тщательно снять с поверхности бульона жир, бульон процедить, удалив рыбу, кости и коренья, остудить его, держа без крышки в прохладном месте. Хранят бульон в фарфоровой или глиняной посуде, но не в алюминиевой кастрюле, через 1—2 дня кипятят и переливают в чистую посуду.

\*

Чай не только устраняет специфический запах морской рыбы, но и придает ей приятный аромат. Для этого филе рыбы нарезают небольшими ломтями толщиной 2—3 сантиметра, складывают в эмалированную посуду и равномерно засыпают двумя чайными ложками чая. Затем добавляют перец, но не молотый, а горошком, предварительно его раздробив. Закрыв посуду крышкой, оставляют на 15 минут. После этого добавляют немного (1 стакан) молока и ставят на огонь. Когда молоко закипит, добавляют еще 1 стакан молока, а также 200 граммов отварного риса и чайную ложку сухого чая. Смесь томят на слабом огне до готовности рыбы. Есть это блюдо можно в горячем и холодном виде.

\*

Если рыба то подгорает, то прилипает к сковороде — причина в неправильном уходе за ней. Сковороду нельзя мыть водой, скребить, так как появившиеся царапины и являются причиной подгорания. Чистят сковороду так: ставят на плиту, наливают немного подсолнечного масла, добавляют 1 столовую ложку соли, прокаливают на огне. После этого дают остыть, но не до конца. Полуостывшую сковороду протирают чистой тряпочкой или бумажной салфеткой.

\*

Выбирая консервы в магазине, обратите внимание на внешний вид банки. Донышки и крышки должны быть вогнутыми или плоскими. Следует избегать банок с вздутыми донышками и крышками, не принимающими нормального положения после надавливания на них пальцами, а также банок подтечных с черными пятнами.

\*

Важно знать, как обрабатывают нерыбные продукты моря. Живых раков тщательно промывают и варят. Мороженых langoustes, креветок, омаров оттаивают в воде или на воздухе, промывают и варят без предварительной обработки. Белковую пасту «Океан» и варено-мороженые крабовые ножки размораживают на воздухе. Трепаги и морские ежи поступают в торговую сеть в сушеном и замороженном виде. Их тщательно промывают, затем заливают холодной водой, доводят до кипения и оставляют на 12 часов. Эту операцию повторяют до пяти раз, в результате вес продуктов также увеличивается до пяти раз. Кальмары поступают в продажу без головы и хрящевых хитиновых пластинок, с зачищенным брюшком, обычно в мороженом или сушеном виде. Оттаивают их на воздухе или в воде. Сушеных кальмаров замачивают в холодной воде на 12 часов и промывают. Остатки хитиновых пластинок удаляют. Осьминогов оттаивают на воздухе, после





**Шпигование рыбы** — вдавливание кусочков масла или тонких ломтиков шпика в надрезы, сделанные острием ножа в спинной части рыбы.

**Шпинат** — травянистое растение, листья которого употребляются для приготовления рыбных супов и соусов.

### Таблица массы и меры некоторых продуктов

Продукты	Стакан	Масса, г		
		столовая ложка	чайная ложка -	1 штука
Мука и крупа				
Мука пшеничная	165	25	10	—
Мука картофельная	200	30	10	—
Рис	230	25	—	—
Сухари панировочные	125	15	5	—
Фасоль	220			

### Молоко и молочные продукты

Масло животное (топленое)	245	20	5	—
Сметана	250	25	10	—
Молоко цельное	240	20	—	—
Сливочное масло	—	25	10	—
Овощи				
Картофель средний	—	—	—	100
Морковь средняя	—	—	—	75
Лук средний	—	—	—	100
Редька	—	—	—	200
Огурец средний	—	—	—	100
Свекла	—	—	—	150
Томат-паста	—	30	10	10
Томат-пюре	220	25	8	—
Петрушка	—	-		50

### Другие продукты















































течение. Здесь, на левом берегу Западной Двины, немало ручьев, и там, где они впадают в реку, держится налим, любитель холодной и чистой воды. В эту пору по ночам он резв и азартен, выходя на свои охоты. Дно у берега каменистое с топляком, оставшимся от многолетних сплавов, и все это создает налиму вполне комфортные условия для обитания.

Забрасываю снасти, привязываю их к колышкам, колышки втыкаю в дно, рядом с берегом — так, чтобы не видно было постороннему глазу. Остается в волнении дожидаться утра. Как знать, может быть, за год и ушел налим с этих мест, может, появилось в воде нечто, что ему не по вкусу? Ведь год от года меньше налима в Западной Двине. Помнится, лет тридцать назад руками ловили под камнями, а теперешние пацаны этого и не знают. Однако чем труднее взять налима, тем интереснее рыбалка.

...Рассвет пришел холодный, но без дождя. Снова вытаскиваю со двора свою лодочку, подкачиваю, гребу в утренней ядреной тиши туда, где стоят снасти. В душе все еще вертится сомнение, ведь два последних года мне сильно не везло — всего-то по два мелких налимчика, коту пришлось отдать. Но были когда-то и удачи — так и стоит в глазах огромный двухкилограммовый, похожий на питончика, пятнистый хищник. Печень его заняла сковородку целиком. Неужто перевелись такие?

Тихо причаливаю к берегу и багорком подцепляю первый шнур. Беру его в руку и сразу ощущаю мелкое подрагивание — есть добыча. Неспеша выбираю перемет-тик, и вот он, первый в этом году налимчик. Граммов эдак на двести, за ним второй — такой же по величине. Удачное начало. Бросаю их в подсачек, плыву выше по течению. Увы, два последующих перемета пусты, хотя вьюны (у нас личинок миноги называют вьюнами) и не уснули, бодренькие. Осталось еще два места на быстрине напротив старого фильтра от водокачки. Пригибаясь под ветвями сиротливо стоящей ольхи, выхожу на укромный пятачок сухого берега. Шнуры видны в чистой воде, один почему-то снесло. Беру его в руки и чувствую, как мечется на другом его конце рыба. Не медля вытаскиваю на берег и вижу на последнем крючке... щучку граммов на пятьсот. А налима нет, убоился, видимо. Зато на последнем переметке еще три налимчика—они, словно близнецы с теми, двумя первыми. Жаль, не попалось ни одного крупного.

Пять налимчиков и щучка — будет хорошая уха иль жаренка. И все же невесело на душе. Опять приходят на память былые деньки — бывало, отвернешь корягу — под ней налим, под другой — побоеха (так здесь именуют речных бычков). Когда я видел последнюю побоеху? «Пет семь назад... Что-то неотвратно печальное происходит в воде, хотя нет в верховьях больших экологических отравителей. Думаю о том, что незаметно, но приближается время, когда угаснет жизнь в этой чудесной русской реке.

Умрет река, выживет ли человек?

**Кириллов Валерий Яковлевич**  
**МАЛАЯ РЫБАЦКАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ**

Редактор *Д. Борисов*

Художник *В. Варламова*

Технический редактор *А. Богданова*

Корректор *Т. Нестерова*

Сдано в набор 20.05.91. Подписано к печати 21.10.91 г. Формат 84X 108 1/32- Бумага тип. № 2. Печать офсетная. Усл. печ. л. 11,13. Усл. кр.-отт. 11,34. Уч.-изд. л. 10,89. Тираж 10000 экз. Заказ 1751. Отпускная цена изд-ва 4 р.

Малое предприятие по изданию и реализации книжной продукции  
«Книжный клуб». 170000, Тверь, улица Радищева, 41/30.

Тверская областная типография. 170000, Тверь, Студенческий пер., 28

OCR Pirat