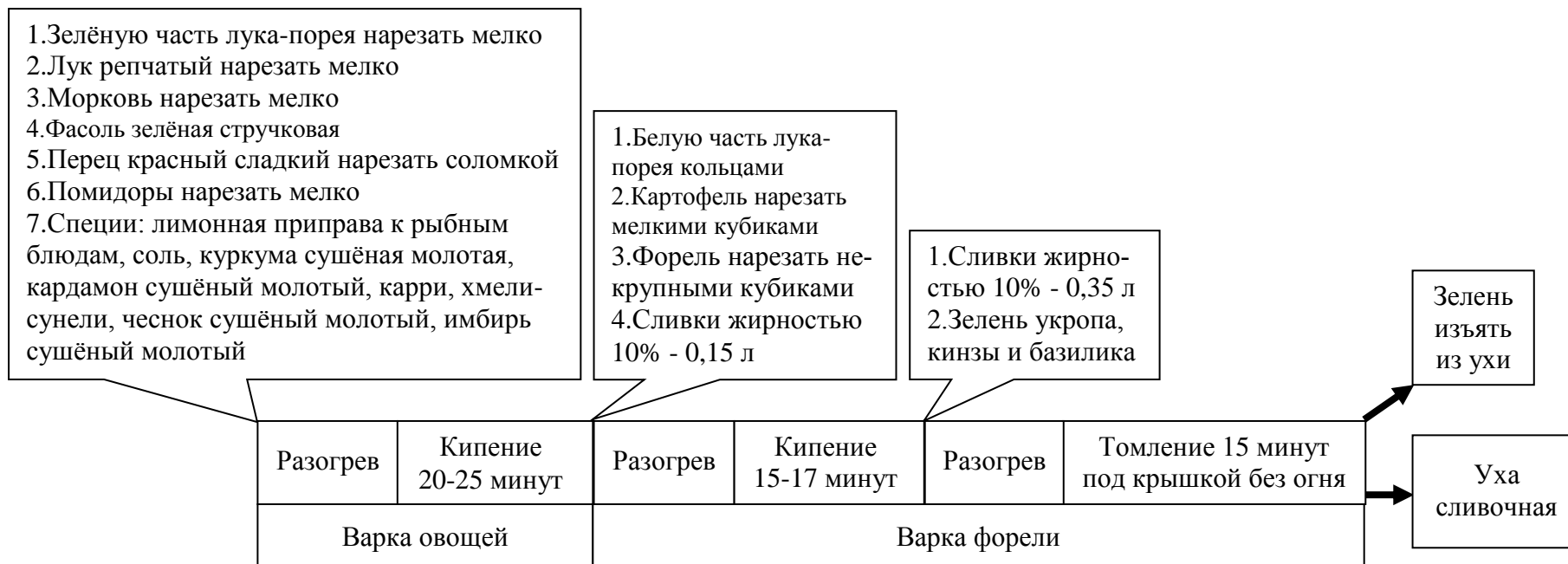


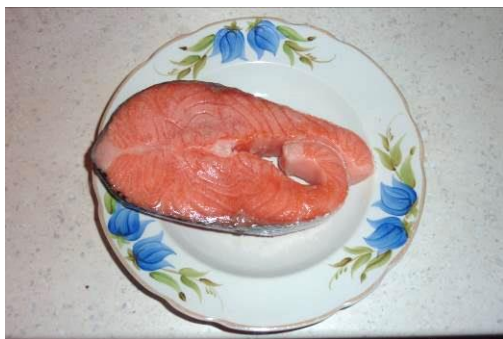
Уха сливочная с форелью, луком-пореем, сладким перцем и стручковой фасолью (Хурс С.П. - 17.01.2015)



- | | |
|---|---|
| 1. Форель - 800-900 г | 12. Лимонная приправа к рыбным блюдам – 1 ст. ложка |
| 2. Картофель - 3-4 шт. | 13. Куркума сушёная молотая |
| 3. Морковь - 1-2 шт. | 14. Кардамон сушёный молотый |
| 4. Помидоры – 2-3 шт. | 15. Карри |
| 5. Лук репчатый – 1-2 шт. | 16. Хмели-сунели |
| 6. Лук-порея - 1 шт. | 17. Чеснок сушёный молотый – 20 г |
| 7. Перец красный сладкий - 1 шт. | 18. Имбирь сушёный молотый |
| 8. Фасоль зелёная стручковая быстрой заморозки – 0,4 кг | 19. Соль |
| 9. Зелень укропа – 1 пучок | 20. Сливки жирностью 10% - 0,5 л |
| 10. Зелень кинзы – 1 пучок | 21. Вода – 2-2,5 л |
| 11. Зелень базилика – 1 пучок | |



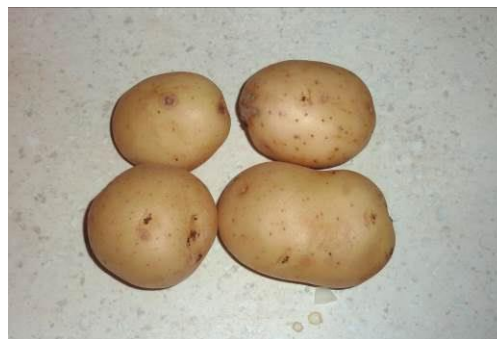
Уха сливочная с форелью, луком-пореем, сладким перцем и стручковой фасолью (Хурс С.П. - 17.01.2015)



1. Берём форель



2. Режем форель некрупными кубиками



3. Берём картофель



4. Чистим картофель



5. Режем картофель мелко



6. Берём морковь



7. Чистим и натираем морковь



8. Берём помидоры



9. Режем помидоры мелко



10. Берём лук репчатый



11. Чистим лук репчатый



12. Режем лук репчатый мелко

Уха сливочная с форелью, луком-пореем, сладким перцем и стручковой фасолью (Хурс С.П. - 17.01.2015)



13. Берём перец красный сладкий



14. Режем перец красный сладкий соломкой



15. Берём лук-порей



16. Режем белую часть лука-порея кольцами



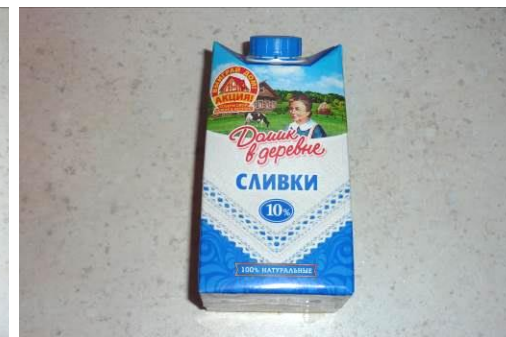
17. Режем зелёную часть лука-порея мелко



18. Берём фасоль зелёную стручковую быстрой заморозки



19. Размораживаем фасоль зелёную стручковую



20. Берём сливки жирностью 10%



21. Берём соль и лимонную приправу к рыбным блюдам



22. Берём специи



23. Отмеряем пропорции специй



24. Берём зелень укропа, кинзы и базилика

Уха сливочная с форелью, луком-пореем, сладким перцем и стручковой фасолью (Хурс С.П. - 17.01.2015)



25. Ставим кастрюлю с водой на огонь



26. Кладём зелёную часть лука-порея в кастрюлю



27. Кладём лук репчатый в кастрюлю



28. Кладём морковь в кастрюлю



29. Кладём фасоль зелёную стручковую в кастрюлю



30. Кладём перец красный сладкий в кастрюлю



31. Кладём помидоры в кастрюлю



32. Кладём специи в кастрюлю



33. Перемешиваем содержимое кастрюли



34. Варим на малом огне без крышки



35. Кладём белую часть лука-порея в кастрюлю



36. Кладём картофель в кастрюлю

Уха сливочная с форелью, луком-пореем, сладким перцем и стручковой фасолью (Хурс С.П. - 17.01.2015)



37. Кладём порционное филе форели в кастрюлю



38. Готовим первую порцию сливок



39. Вливаем первую порцию сливок в кастрюлю и перемешиваем



40. Варим на малом огне без крышки



41. Готовим вторую порцию сливок



42. Вливаем вторую порцию сливок в кастрюлю и доводим до кипения



43. Кладём зелень укропа, кинзы и базилика в кастрюлю



44. Отключаем огонь и томим под крышкой



45. Подаём на стол в неглубокой тарелке



46. Подаём на стол в глубокой тарелке