

## Рагу овощное с карпом "День рыбака" (khurs.ru – 2019)

1. Лук репчатый нарезать кольцами. 2. Карп. 3. Лисички отварные. 4. Опята солёные. 5. Морковь нарезать тонкой соломкой. 6. Помидоры нарезать тонкими дольками. 7. Картофель нарезать тонкими пластинками. 8. Перец зелёный нарезать мелко. 9. Перец красный сладкий нарезать мелко. 10. Фасоль стручковая зелёная. 11. Специи: чеснок сушёный гранулированный, зелень укропа сушёная измельчённая, зелень петрушки сушёная измельчённая, куркума, хмели-сунели, кардамон, перец чёрный молотый и соль – перемешать посыпать рыбу снаружи и изнутри, овощи. 12. Масло растительное залить на дно противни. 13. Майонез нанести на рыбу и на предпоследний слой лука.  
\* Лук покрывает всю донную, боковую и верхнюю поверхность укладки овощей и рыбы. Все овощи укладываются послойно в промежутках между рыбой и боковыми стенками противни, а также над рыбой.

Разогрев до кипения сока овощей	Запекание при температуре 225 <sup>0</sup> С 45 минут	Запекание при температуре 175 <sup>0</sup> С 45 минут	Запекание при температуре 150 <sup>0</sup> С 60 минут	Запекание при температуре 125 <sup>0</sup> С 60 минут	Остывание вместе с плитой
Тушение в духовке под фольгой		Тушение в духовке открыв фольгу			

Рагу с рыбой

- |   |  |
|---|--|
| 1. Карп – 2-2,5 кг                                      | 13. Чеснок сушёный гранулированный – 1,5 ст. ложки     |
| 2. Лук репчатый – 10-12 шт.                             | 14. Зелень укропа сушёная измельчённая – 1 ст. ложка   |
| 3. Лисички отварные – 250-300 г                         | 15. Зелень петрушки сушёная измельчённая – 1 ст. ложка |
| 4. Опята солёные – 250-300 г                            | 16. Куркума – 0,5 ст. ложки                            |
| 5. Морковь – 1-2 шт.                                    | 17. Хмели-сунели – 0,7 ч. ложки                        |
| 6. Помидоры – 6-8 шт.                                   | 18. Кардамон – 0,5 ч. ложки                            |
| 7. Картофель – 1 кг                                     | 19. Перец чёрный молотый – 0,3-0,4 ч. ложки            |
| 8. Перец зелёный – 1-2 шт.                              | 20. Соль – 1-1,5 ст. ложки                             |
| 9. Перец красный сладкий – 2-3 шт.                      |  |
| 10. Фасоль стручковая зелёная быстрой заморозки – 400 г |  |
| 11. Майонез «Провансаль» - 150-200 г                    |  |
| 12. Масло растительное – 50-60 г                        |  |



## Рагу овощное с карпом "День рыбака"



1. Берём карпа



2. Чистим и потрошим карпа



3. Берём лук репчатый



4. Чистим лук репчатый



5. Режем лук репчатый кольцами



6. Берём отварные лисички



7. Берём опята солёные



8. Чистим морковь



9. Режем морковь тонкой соломкой



10. Берём помидоры



11. Режем помидоры тонкими дольками



12. Чистим картофель дольками



## Рагу овощное с карпом "День рыбака"



13. Режем картофель тонкими пластинками



14. Берём перец зелёный



15. Берём перец красный сладкий



16. Режем перцы мелко



17. Берём фасоль стручковую зелёную быстрой заморозки



18. Размораживаем фасоль стручковую зелёную



19. Берём майонез



20. Берём растительное мало



21. Готовим пропорции специй



22. Перемешиваем специи



23. Берём противень



24. Застилаем противень пищевой алюминиевой фольгой



## Рагу овощное с карпом "День рыбака"



25. Наливаем масло растительное в противень



26. Укладываем слой лука репчатого и карпа, посыпанного специями



27. Наносим майонез на карпа



28. Переворачиваем карпа на другой бок



29. Наносим майонез на карпа



30. Кладём слой лисичек отварных на противень



31. Кладём слой опять солёных на противень



32. Кладём слой моркови на противень



33. Кладём слой картофеля на противень



34. Посыпаем специями



35. Кладём фасоль стручковую зелёную на противень



36. Кладём слой лисичек отварных и опять солёных на противень



## Рагу овощное с карпом "День рыбака"



37. Кладём слой перцев на противень



38. Кладём слой моркови на противень



39. Кладём слой помидоров на противень



40. Кладём слой лука репчатого на противень



41. Посыпаем специями



42. Кладём майонез и тонкий слой лука репчатого на противень



43. Закрываем фольгу



44. Ставим противень в предварительно разогретую духовку, запек.



45. Раскрываем фольгу, снижаем температуру, запекаем



46. Ставим противень в духовку, запекаем снижая температуру



47. Блюдо готово



48. Рагу с порцией карпа подаём на стол