

Без рыбы никуда.

Гладких Полина, 8 лет

МБУДО «Лоухский районный центр творчества»

Рыба по –карельски.

- Наше любимое блюдо из селедки, трески и ряпушки.
- Вычищенную и вымытую рыбу кладут в глубокую сковороду, на неё – нарезают картофель, добавляют перец, лук. Посолив добавляют холодную воду так, чтобы она только прикрывала все содержимое и ставят на огонь. Когда вода закипит, добавляют подсолнечное или сливочное масло. Рыба должна медленно кипеть *30-40* минут.
- Это блюдо можно есть в любом виде и горячее и холодное.

Кевяткала.

- *весенняя посоленная рыба, которая простояла все лето и имела своеобразный запах, как говорили- рыба с «душком».*
- Кевяткала считалась хорошего посола, если рыба не сгибалась, когда ее брали за хвост и держали в горизонтальном положении.

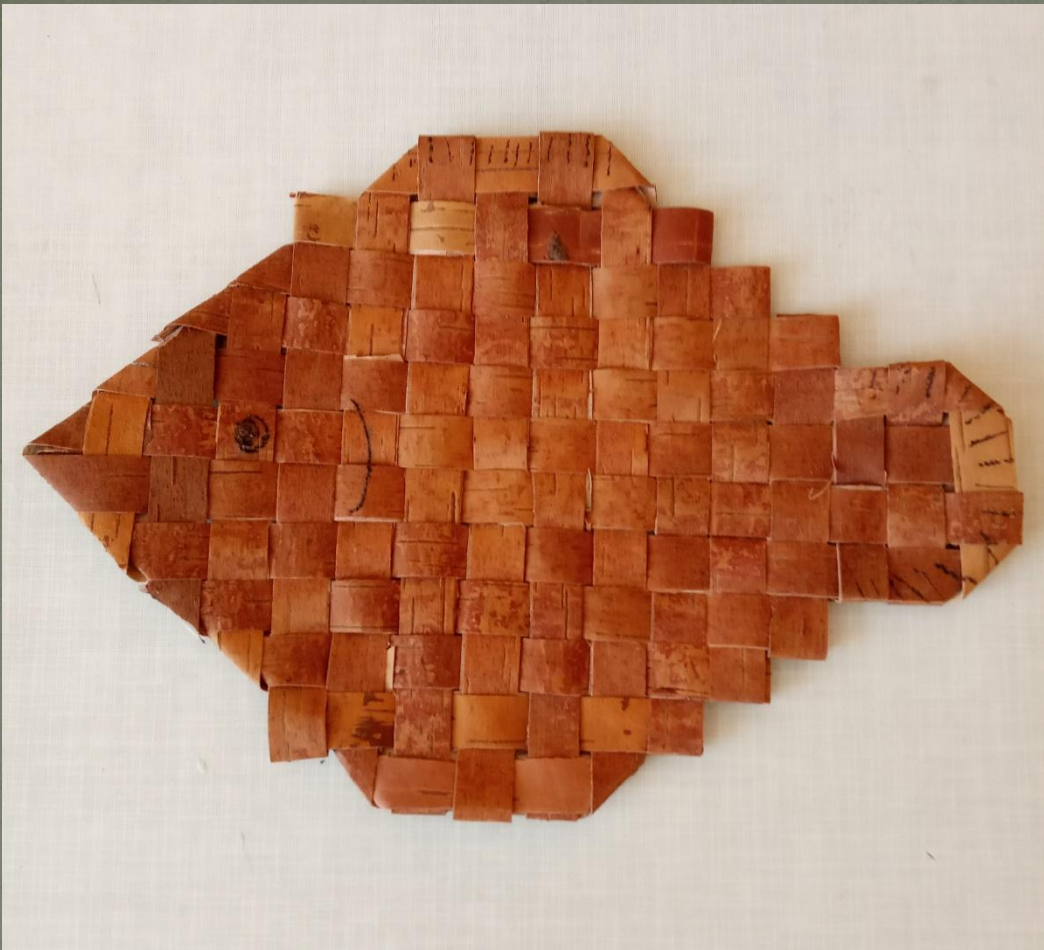
Сущик.

- Сущик – это высушенная в духовке, подсоленная или свежая мелкая рыба. Ее хранили в сухом месте в мешке или корзине. Из сущика варили суп, иногда использовали для вторых блюд.
- Мои прабабушка и прадедушка, которые жили в Черной речке, ловили колюшку и ее сушили на крыше сарая на корм курам, овцам и коровам.

Рыбники с сигом.



- Для начала необходимо приготовить кислое дрожжевое пресное тесто (из ржаной или пшеничной муки). После из него раскатывается лепешка в 1 см толщиной. Внутрь кладут свежую подсолоненную рыбу, очищенную от чешуи и потрохов. Если рыба мелкая, то ее можно положить целиком, крупную разрезать на кусочки.
- Далее добавляють сливочное масло (или тонко нарезанный свиной жир), края защипывают и выпекают. Мы печем рыбники открытыми. В этом случае рыба получается вкуснее и рассыпчатее.



- Для рыбника, я сделала салфетку из бересты в виде рыбы, чтобы сразу было видно, что на столе пирог – рыбник.