

Рыба жареная без костей с кожей

Ингредиенты:

- Рыба - 1,5 кг,
- Грецкие орехи - 200 г,
- Яйцо - 1 ,
- Молоко - 1/2 стакана,
- Сметана - 2 ст.ложки,
- Мука - 1/2 стакана,
- Растительное масло для жарки рыбы,
- Соль, перец, специи.

1. Рыбу отделить от костей,
разделать на филе, снять
КОЖИЦУ.



2. Отбить, посолить, добавить специи, придать форму отбивным молотком, смазать сметаной и поставить в холодильник на 20-30 минут.
3. Измельчить грецкие орехи в крошку среднего размера.



4. Приготовить лезон: смешать
молоко с яйцом, посолить



5. Охлажденное филе рыбы панировать в муке, окунуть в льезон и затем, обвалять в ореховой крошке.



6. Обжарить филе в масле на хорошо разогретой сковороде, накрывая ее крышкой.



7. Подавать готовую рыбу на приготовленных гренках из белого батона, украсив зеленью, или на салатных листьях.



Приятного аппетита!