

Кільця кальмарів у клярі

Кальмари — 500 г;
яйце — 1 шт.;
панірувальні сухарі — 4 ст. ложки;
борошно — 3 ст. ложки;
сіть — 0,5 ч. ложки;
олія — для смаження;
білий мелений перець — на смак.

Насипати в одну тарілку панірувальні сухарі, в іншу — борошно.

Яйце розбити в миску і збовтати до однорідності виделкою, посолити.

Промити тушки кальмарів, видалити всі нутрощі і плівки, якщо вони є, потім нарізати впоперек кільцями завтовшки 1 см і присмачити сіллю та перцем.

Запанірувати кільця кальмарів у борошні, потім занурити в яйце й запанірувати в сухарях. Відразу ж обсмажити кільця в сковороді з розігрітою олією по 2–3 хвилини з кожного боку до золотистого кольору. Потім шумівкою викласти на паперовий рушник, щоб увібрався надлишок олії.

подавати кільця кальмарів у клярі можна гарячими, теплими або повністю охололими.

Хрумка скоринка

Канапе з креветок на крекерах

Креветки — 20 шт.,
крекери — 20 шт.,
оливки — 10 шт.,
м'який сир (будь-який) — 100 г,
готовий хрін — 1 ст. ложка,
соус чилі — 1 ст. ложка, лимон — 0,5 шт.,
олія — 2 ст. ложки,
сіть — на смак, зелень — для подачі.

Креветки помити, зварити в солоній воді, відкинути на друшляк, охолодити й почистити.

Змішати олію із соком лимона, замаринувати 10 креветок у цій суміші.

Хрін, соус чилі, 10 креветок і м'який сир перебити в блендері. Намазати отриманою масою 10 крекерів, накрити зверху крекерами.

На кулінарні шпажки понаколювати замариновані креветки, зверху покласти оливки. Увіткнути шпажки в крекери.

Прикрасити канапе лимонною цедрою і подрібненою зеленню.



Легка закуска

Брускета з паштетом з минтая

Філе минтая — 400 г;
вершкове масло — 150 г;
цибуля — 1 шт.; лайм (або лимон) — 1 шт.;
батон — 0,5 шт.;
олія — на смак;
сіль, червоний мелений перець,
кріп — на смак.



Легкий перекус

Філе минтая припустити з додаванням солі й соку половини лайма (лимона), охолодити.

Дрібно нарізану цибулю обсмажити в частині масла, додати трохи води й тушкувати до розм'якшення. Охолодити.

Рибу й цибулю пропустити через м'ясорубку, додати розм'якшене масло і збити. Паштет поставити в холодильник на 2 години.

Тим часом нарізати батон на скибочки завтовшки 1,5 см. Змастити їх олією з двох боків і запікати на решітці в духовці до готовності. Охолодити.

Намазати брускету рибним паштетом. Подаючи до столу, прикрасити зеленню і притрусити червоним перцем.

Рисовий салат із рибою

Консервованний тунець або лосось — 1 банка;
рис — 1 склянка;
свіжі огірки — 2 шт.;
консервованний зелений горошок — 200 г;
соевий соус — 1 ст. ложка;
лимонний сік — 1 ст. ложка;
сізь, перець, зелена цибуля,
зелень петрушки — на смак.

Рис зварити в підсоленій воді, відкинути на друшляк, щоб стекла вода.

Огірки помити й нарізати.

Зелень помити, обсушити й подрібнити.

З консервів злити рідину, рибу розділити виделкою.

Горошок відкинути на друшляк.

Змішати горошок, огірки, рис, зелень і рибу.

Для приготування заправки соєвий соус змішати з лимонним соком, сіллю й перцем.

Салат полити охолодженою заправкою і обережно перемішати.



Неймовірно апетитно