



Vēžu pagatavošanas recepšu un zivju pagatavošanas recepšu apkopojums



Grāmata PDF formātā, 2daļās

Rīga, 2011.janvāris

Ievads

Zivju pagatavošanas receptes sāku vākt jau diezgan pasen, bet kādu laiku atpakaļ sāku vākt arī vēžu pagatavošanas receptes. Jau kādu laiku galvā brieda ideja kaut kādā veidā tās apkopot vienā krājumā, tā lai cilvēkam katrreiz nav jāskatās forumā. Šo krājumu var izprintēt un tas būs kā recepšu grāmata. Nu jau nedaudz ir savācies gan zivju, gan vēžu pagatavošanas recepšu, tāpēc beidzot nobriedu šim pasākumam. Pārsvārā mēģinu vākt saldūdens zivju receptes, kas pārsvārā ir makšķernieku lomos, bet ir apkopotas arī jūras zivju pagatavošanas receptes. Pārsvārā tādu, kuras makšķernieki paši var noķert, vai kuras tiek iegādātas veikalu plauktos. Par zivju gatavošanu un ēšanas paradumiem jau daudz - maz visiem ir zināms, bet par vēžu ēšanas paradumiem mazāk, tāpēc ievadā gribētos nocitēt **Eduka rakstīto par vēžu ēšanas paradumiem.**

Latvijā pēdējos gadu desmitos vēžu ēšanas kultūra ir ievērojami noplakusi. Lai gan mūsu senči visai bieži lietoja pārtikā vēžus. PSRS laikos Latvijas vide bija ievērojami piesārņota un transformēta, lai šie posmkāji uz kādu laiku pazustu no mūsu ūdeņiem. Protams, vēži nepazuda vispār, bet to daudzums krasi samazinājās. Likumdošanā tika iestrādāts aizliegums vēžu ieguvei Latvijā. Šobrīd mūsu valstī apkārtējā vide ir manāmi atveseļojusies un arī vēžu pēdējā laikā ir kļuvis pietiekoši daudz. Tiek organizēta vēžu licencētā ķeršana dažos ezeros. Ar to, protams, ir par maz, taču cerēsim, ka jau tuvākajā nākotnē aizliegumi uz vēžu ķeršanu Latvijā kļūs maigāki un latviešiem būs visai plašas iespējas nodarboties ar aizraujošo vēžu ķeršanu un būs iespēja pagatavot šo brīnišķīgo delikatesi. Pietam mūsu valstī visai plaši sāk izplatīties svešzemju vēžu sugas, kuru ierobežošanas viens no veidiem varētu būt to neierobežotas ieguves atļaušana.

Ziemeļeiropā (arī pie mums) , vēžus ir pieņemts pasniegt un ēst aukstus. No dzērieniem pie vēžiem parasti lieto alu vai vīnu, lai gan arī pie stiprākiem dzērieniem vēzis garšo tīri labi...

Vēžu pagatavošanā un ēšanā pasaulē ir visai bagātas tradīcijas. Ir izstrādātas pat speciālas etiķetes vēžu ēšanai. Paldies Dievam, Latvijā ir pieņemts ēst vēžus vienkārši - ar rokām, bez visādiem palīglīdzekļiem, bez speciāliem nažiem to bruņas atdalīšanai utt :)...

Tātad, par vēžu pagatavošanas īpatnībām...Sasaldētus vēžus supermārketos var iegādāties gandrīz vienmēr, taču īsts gardēdis un vēžu pazinējs zina, ka vēžiem, kurus jūs gribat pasniegt uz galda, kastrolī jānokļūst obligāti dzīvīvi. Tā ir pirmā vēžu pagatavošanas īpatnība :)!... Lai ko neteiktu dzīvnieku aizstāvji, tas ir likums vēžveidīgo pagatavošanā. Steigšu nomierināt cilvēkus ar vājiem nerviem, pēdējie pētījumi liecina, ka vēžveidīgie, kurus vāra dzīvus, nemokās, kas daļēji nomierina arī manu sirdi :).

Vēžu pagatavošana patiesībā ir visai vienkārša... Te nav jābūt par lielisku pavāru, taču šis tas ir jāzina par vēžu vārīšanu. Mūsdienās, protams, ir daudzas sarežģītas vēžu pagatavošanas receptes, taču šoreiz runa ies par visparastāko vēžu pagatavošanas veidu, kuru izmantoja senā pagātnē un kurš ir saglabājies līdz mūsdienām.

Vēžu pagatavošanai nepieciešami, protams :), paši vēži, kāds trauks, ūdens un garšvielas. Galvenais ir lai trauks, kurā vārīsiet vēžus, ir pietiekami plašs. Otrs jautājums ir kamā vārīt vēžus? Parasti to s vāra ūdenī, lai gan daži pievieno ūdenim mazliet vīna, šampanieša vai alus.

Es zinu divus vēžu vārīšanas veidus. Pirmais ir ka vēžus uzreiz saliek kastrolī, pirms tam apskatot, vai vēži ir tīri un vai visi vēži ir dzīvi. Mirušos vēžus ņem laukā. Apberam tos ar zaļumiem un garšvielām. Te der jebkuri zaļumi un garšvielas, kas ir pa rokai - pētersīļi, burkāni, lauru lapas, sīpoli. Obligāti lietoju pie vēžu vārīšanas dilles (lielā daudzumā) un sāli lielā daudzumā - uz vidēja izmēra kastrolī vismaz 3 ēdamkarotes. Visus zaļumus liek veselus,

tos nesagriežot. Eksotikas cienītāji var pieliet glāzīti šņabja vai konjaka. Visubeidzot visu aizlej ar ūdeni, aizver ar vāku un liek uz uguns. Jo ātrāk ūdens sāks vārīties, jo labāk. 10 minūtes pēc aizvārīšanās kastroli noņem no uguns, vēl pēc 10 minūtēm var ņemt vēžus laukā. Otrs veids, ko arī es biežāk lietoju gatavojot vēžus ir tāds. Aizvāru ūdeni ar zaļumiem un garšvielām, tad pievienoju vēžus un gaidu kad ūdens atkal sāks vārīties. Vēžus ņemu laukā 15 minūtes pēc aizvārīšanās brīža, jo bieži vien tajā pašā ūdenī gadās vārīt arī 2 porcijas vēžu pēc kārtas. Ja paredzēta tikai viena porcija, tad var beigu fāzi taisīt tādu pašu kā minēts pirmajā variantā - ņemt no uguns pēc 10 min un pēc vēl 10 min ņemt laukā no novārījuma. Vēžus var ēst gan uzreiz siltus, gan arī aukstus. Lai gan biežāk tos ēd aukstus, taču man pēdējā laikā sāk patikt tiko vārīti, silti vēži.

Vēzim ir maiga, balta gaļa, ar savdabīgu, neatkārtojamo garšu. Ēšanai pārsvarā lieto gaļu no astītes un spīlēm, tāpat arī ikrus, lai gan īsti vēžu cienītāji un pazinēji apēd daudz vairāk no vēža. Praktiski vēzī ir ēdams viss, izņemot čaulu, ūsas un kuņģi... vēža gaļa satur olbaltumvielas, taukvielas, ogļūdeņražus, organisms to ļoti labi pārstrādā un uzņem. Tā ir garšīgāka pavasarī un rudenī, vasarā vēžu gaļa esot mazliet mazāk maiga. Pareizi uzvārīts vēzis (dzīvi vārīts) ir piespiedis astīti zem sevis un ir sarkanā krāsā, tieši šādus vēžus jāizvēlas ēšanai. Tie vēži, kuri ir vārīti nedzīvi esot ir bālākā krāsā un ar nepiespiestu ķermenim astīti. Šādus vēžus ēst nedrīkst.

Vēžu gaļas lietošana pārtikā paaugstina organisma kopējo tonusu, veicina labāku vielmaiņu un veic ārstējošu iedarbību aterosklerozes gadījumā. Vēža gaļas olbaltumvielas uztur to cilvēku spēkus, kas ir pēc paša vēlēšanās vai veselības problēmu dēļ uz diētas. Bez aromāta un garšas, vēža gaļa veic stimulējošu iedarbību uz cilvēka dzīvības nodrošināšanas sistēmām un dziedējoši iedarbojas uz bojātajiem orgāniem. Tos rekomendē lietot pārtikā cilvēkiem, kuri tika pakļauti radiācijas iedarbībai, tiem, kam ir slimas aknas vai sirds. Vēža čaulā zinātnieki ir atraduši bioloģiski aktīvās vielas, kas veicina atmirušo audu reģenerāciju (atjaunošanos). Pareizi pagatavoti vēži spēj atstāt neaizmirstamu iespaidu.

Kā ēst vēžus ir rakstīts daudzās grāmatās par galda etiķeti. Precīzi aprakstīt, kā pareizi ēst vēzi ir diezgan smagi, bet es pamēģināšu to izstāstīt kaut vai pamatvilcienos. Vēzī ēdams ir viss, izņemot čaulu un ūsas. Tātad, ņemam vēzi kreisajā rokā ar astīti uz augšu. Astīte tiek uzskatīta par garšīgāko vēža daļu, kuru gardēži apēd pašā pēdējā kārtā. Ar labo roku ņem vēzi aiz astītes tās savienojuma vietā ar galvkrūtīm un ar kreiso roku noņem galvkrūšu bruņu. Ieskatāmies iekšā. Ja tur redzat kautko dzeltenu, tad jums ir paveicies, tie ir ikri. Apēdam to un izsūcam no čaulas visu, ko vien var izsūkt. Uzmaniģi atdalām spīles. Nolobām tās un ēdam ļoti garšīgu baltu gaļu. Mazās kājas arī pēc iespējas apsūkā un izkošļā. Beigu daļā ķeras pie pašas galvenās daļas – astītes. Sākumā apēd to daļu, kas bija zem galvkrūtīm. Tas ir garšīgi. Astīte ir pievienota pie visa pārējā, tās ir žaunas un pārējais, no kā sastāv vēzis. Daži to ēd, daži ne. Kopumā ēdams ir viss, bet ēst to vai nē atkarīgs parasti ir tik no viena faktora, no tā, cik vēžu jums ir. Jebkurā gadījumā atdalām astīti no vēža ķermeņa, cenšoties lai ne drusciņa vēža gaļas neietu zudumā un nolobām astītes hitīna apvalku. To, kas paliek pāri, uzmanīgi sadalām uz pusēm. Iekšpusē atrodas šaura, melna zarniņa, kuru izmetam laukā. Visu pārējo ar baudu apēd. Katru vēža kumosu ir patīkami aizdzert ar malku vīna vai alus. Manuprāt, pie vēžiem, tomēr, vislabāk der alus, taču tik tajā gadījumā, kad vēžu ir daudz. Ja vēžu ir maz, tad labāk izlīdzēties ar glāzi baltā vīna vai šampanieša.

Lai gan tautā nav īpašu standartnoteikumu kā pareizi ēst vēžus - dažs sāk ēst no spīlēm, dažs no astītes, tomēr, restorānos, bāros pastāv savas vēžu ēšanas tradīcijas. Vēžus tur pasniedz īpaši. Piemēram, Zviedrijā, tos vāra obligāti pievienojot ūdenim cukuru, tajā pašā ūdenī atdzesē, pēc tam liek uz šķīvja. Šķīvī vēžus izrotā ar diļļu pušķīšiem un pasniedz ar karstiem tostiem un zviedru garšvielām, piemēram, ķimeņu sieru. Vienā porcijā ir uz šķīvja uzlikti 3 vēži, šķīvītis uzlikts uz salvetes. Uz citas salvetes, kura nolikta blakus, nolikti vēžu ēšanas piederumi – nazis, tievas dakšiņas u.c. Sākumā ar nazi atdala spīles kustīgo „pirkstu”, pēc tam atvieno vēža asti, noņem vēža galvkrūšu bruņu un apsūkā noņemto bruņu no iekšpusē, vēlāk apsūkā vēža muguriņu, akurāti ar pirkstiem atbīdot uz leju žaunu plāksnītes. Tālāk

apsūkā katru vēža kājiņu. To visu darot uzkož ar sieru un tosiem. Zviedrijā, tomēr, ir vienas no senākajām vēžu tradīcijām Eiropā (varbūt pat pasaulē). Tur vēžu sezonas sākuma diena ir lieli svētki. Zviedri jautrās kompānijās ēd vēžus un pat dzied dziesmas par vēžiem. Šādas paražas viņiem ir saglabājušās no vikingu laikiem. Senāk vēžus Zviedrijā ēda tikai karaļi un tiem pietuvotās personas. Tikai 20. gadsimtā vēži kļuvuši pieejami vienkāršiem cilvēkiem. Latvijā, pārsvarā, vēžus ēd ar rokām, bez īpašiem ēšanas piederumiem.

100 g vēžu gaļas uzturvērtība:

Proteīns 23,93 g

Tauki 1,35g

Ogļhidrāti 0

Kalorijas 114

Holesterīns 178 mg



1.daļa

Vēžu pagatavošanas receptes

Vēžu sviests

Pagatavošana:

Lai pagatavotu vēžu sviestu, ņem vārītu vēžu čaulas, tas noskalo, izkaltē un sasmalcina cik vien smalki iespējams. Tad smalki sasmalcinātajam pulverim pievieno izkausētu sviestu un nedaudz tomātu pastas. Iegūto masu sajauc un cep 10-15 minūtes uz mazas uguns, nepātraukti maisot. Cept un maisīt, līdz sviests paliek pilnīgi sarkans. Pēc tam to sviestu vajag izlaist caur marli un nolikt vēsā vietā nostāvēties.

Pagatavošanai nepieciešams:

Sasmalcinātas vēžu čaulas - 2glāzes

Sviests - 200gr

Tomātu pasta - 10gr



Vēži alū

Pagatavošana:

Noskalotus un apstrādātus vēžus(10gb) iemet verdošā, nedaudz sāļtā,(0,5L) ūdenī, kurā jau pirms tam pievieno 40gr pētersīļus, 20gr dilles, vienu lauru lapu un divus, trīs melno piparu zirnīšus. Tad visu aplej ar vienu pudeli alus. Ik pa laikam katliņu nedaudz pakrata un vāra to visu 8-10 minūtes, kamēr tie nepaliks sarkani un pie kakla neuzradīsies plaisa. Uzvārītus vēžus atstāj nostāvēties šķidrumā, kurā tie vārījās. Pasniedz dziļā traukā, saliktus kaudzītē. Atsevišķi pasniedz ķiploku mērci(rīvēts ķiploks, sasmalcināti zaļumi, majonēze un krējums).



Vārīti vēži

Recepte ir paredzēta vidēji 10-12 personām. Vēžu vārīšanai parasti izmanto lielus, dziļus katlus. Lai izvārītu 20-25 kg vēžu, būs nepieciešams 80 litru katls un aptuveni 40 l ūdens. Ir vairākas iespējas, kā sagatavot maisījumu vēžu vārīšanai:

- Katlā ar ūdeni ieber sāli un dilles, kad ūdens uzvārījies, tajā iemet dzīvus vēžus un vāra vēl kādas 15 minūtes. Novārīti vēži iegūst sārtu nokrāsu.
- Pievienojiet ūdenim 450g sāls, pusi ķiploka galviņas un 3 ēdamkarotes cayenne piparus
- Pievienojiet ūdenim 450g sāls, 3 uz pusēm pārgrieztus citronus, 3-4 uz pusēm pārgrieztus sīpolus, 3ēd.k sarkano piparu un 2ēd.k. melno piparu
- 2-3 paciņas maisījuma krabju vārīšanai un ķiploku

Izmantojot jebkuru no šiem veidiem, ir nepieciešams ūdeni kopā ar garšvielām uzvārīt, tad liek iekšā vēžus. Vāriet 10 minūtes, tad nogrieziet karstumu un ļaujiet vēžiem mierīgi vēl 6-10 minūtes pastāvēt, lai tie varētu uzsūkt garšvielas. Lai vēži nepārvārītos, izmantojiet sietu, lai tos ātri izņemtu ārā. Kad vēži ir izņemti no ūdens, pamēģiniet tur uzvārīt uz pusēm sagrieztas kukurūzas vārpas vai jaunus kartupeļus. Kartupeļi un kukurūza uzsūks garšvielas un būs lieliska piedeva maltītei. Kartupeļus vāriet aptuveni 15-20 minūtes, kukurūzu - 5 līdz 10 minūtes.



Mēles salāti ar vēžu astītēm un redīsiem

4 cilvēkiem

Gatavošanas laiks: 20 minūtes + 1,5 stundas mēles vārīšanai

- 250 g vārītas mēles
- 4 ēdamkarotes vēžu astīšu
- 4 redīsi
- 2 tējkarotes pesto mērces
- 1/2 tējkarotes reducēta balzametiķa
- 1 tomāts
- 1 sauja dažādu zaļumu

Buljonam:

- dažādi dārzeņi (burkāni, sīpoli, puravi, pētersīļu kāti, dilles)

Katliņā ielej ūdeni, ieliek dārzeņus un mēli. Vāra pusotru stundu.

Mēli un redīsus sagriež šķēlītēs. Tomāta fileju sagriež kubiņos. Ja vēžu astītes ir konservētas savā sulā, to nolej.

Ņem apaļu šķīvi, visapkārt kārto piramīdiņas — mēlē ietītas vēžu astītes, tomātu filejas. Pārlej ar pesto mērci un balzametiķi.



Siera - vēžu astīšu zupa

Sastāvdaļas:

kartupeļi

sīpoli

piens

sarīvēts siers (piemēram, Krievijas)

vēžu astītes

sviests

buljona kubiņi

Gatavošana:

Katliņā izkausē sviestu un like cepties msalki sagrieztus sīpolus. Kad sīpolui zeltaini, pievieno sagrieztus kartupeļus un pārlej ar ūdeni, pievieno buljona kubiņu. Vāra, līdz kartupeļi mīksti.

Citā katliņā uzsilda pienu, tam pieber sarīvēto sieru un lēni maisa, līdz siers izkūst, pievieno vēžu astītes. Piena masu ielej pie gatavajiem kartupeļiem.



Vēži baltajā vīnā

Sastāvdaļas:

10 vēži

1 glāze baltā vīnā

1 TK miltu

1/4 TK ķimeņu

2 lauru lapas

2 ĒK sviesta

sāls

pipari

Gatavošana:

Sakarsētā kastrolī izkausē karoti sviesta, ieliek tur nomazgātus vēžus un apcep līdz sārtai krāsai, ar dakšinu apgrozot. Vēžus apkaisa ar sāli, pipariem, samaltām ķimenēm (kafijas dzirnaviņās!), pieliek 2 lauru lapiņas, pārlej ar balto vīnu, apsedz ar vāciņu un 10 minūtes vāra.

Kad vēži ir gatavi, tos izņem, saliek dziļā vai seklā bļodā, apsedz ar vāciņu. No vēžu biljona pagatavo mērci: buljonu izkāš caur sietiņu kastrolī un liek uz uguns, pievienojot ar tējkaroti sviesta sajauktus miltus. Vāra 1-2 minūtes, tad noņem no uguns un pieliek vēl sviestu, ar karoti maisot, kamēr sviests mērcē izkūst.

Vēžus pasniedzot bļodu izrotā ar pētersīļu zariņiem. Mērci pasniedz atsevišķi.



Aukstā uzkoda ar vēžiem un ikriem

Sastāvdaļas

Vēži: 12 gb.

Burkāni: 1 gb.

Pētersīļi (sakne): 1 gb.

Sīpoli: 1 gb.

Laša ikri: 120 g

Dilles: 1 pušķītis

Lauru lapas

Piparu graudiņi, sāls

Pagatavošana:

1. Vēžus lieciet karstā ūdenī, pievienojiet sasmalcinātus burkānus, pētersīļu skani, sīpolus, garšvielas un dilles un vāriet 8-10 min.
2. Vēžus atdzesējiet, neizņemot no buljona.
3. Uz šķīvja lieciet ledus gabaliņus un pa vidu no ikriem viedotu puķīti. Apkārt kārtojiet vēžus un dekorējiet ar dillēm. Pasniedziet.



Kārstā uzkoda no vēžiem

Sastāvdaļas:

Vēži: 12 gb.

Gaišais alus: 3 gl.

Ūdens: 2 gl.

Burkāni: 1 gb.

Sīpoli: 1 gb.

Lauru lapas: 1 gb.

Dilles

Sāls: 1 ēd.k.

Pagatavošana:

Nomazgātus vēžus lieciet katlā, pievienojiet sagrieztus burkānus un sīpolus, dilles, lauru lapu un sāli. Aplejiet ar ūdeni un alu. Vāriet 10 min. Pasniedziet ar novārijumu vai lieciet dziļā traukā un aplejiet ar novārijumu.

Paredzēts, apmēram, 4personām.



Vēži krievu gaumē

Sastāvdaļas:

Vēži: 36 gb.

Sīpoli: 3 gb.

Dilles un pētersīļi: pa 1 saišķim

Pipari, sāls

Lauru lapas: 1 gb.

Ūdens

Pagatavošana:

Ūdenim pieberiet sāli un piparus, pielieciet zaļumus, lauru lapu un sasmalcinātu sīpolu un uzvāriet. Pēc 1 - 2 minūtēm lieciet vēžus un vāriet, līdz tie kļūst sarkani. Gatavos vēžus lieciet uz šķīvja, apklājiet ar sviestu un paturiet 3 - 5 minūtes. Pasniedziet ar zaļumiem. Paredzēts 5-6cilvēkiem.



Vienkāršāk par vienkāršu

Vēžus nomazgā aukstā ūdenī. Uzsilda ūdeni līdz tas vāras, pieber sāli, pievieno dilles Kad vēži ir gatavi, pārliet tos dziļā šķīvī, aplej ar buljonu, kurā tie vārījās. Ja jūs gatavojot šo ēdienu mājās, tad pievienojiet mazliet apceptus baltmaizes grauzdiņus.

Sastāvdaļas:

20 dzīvu vēžu,

5 litri ūdens,

4 ē.k. sāls,

10-12 diļļu zariņi



Vēži Saratovas gaumē

Vajadzīgi 5-7kg vidēja izmēra vēži. Tie jāieliek spainī apklājot tos ar upeņu lapām, piparmētru lapām, dillēm un ķimeņu lapām - vienādās proporcijās. Tad jāaplej ar aukstu ūdeni un ļauj stundu nostāvēties. Sajauciet vienādās proporcijās marinētu gurķu šķidrumu, gaišo alu un saldo krējumu, tad liek to vārīt. Kad sajauktais šķidrums sāk vārīties, tad met tur iekšā vēžus un vāra 15-20minūtes. Pasniedz karstus ar zaļumiem.



Sautēti vēži

Ielikt katliņā sviestu un tam visrū uzlikt kārtīgi noskalotus vēžus. Pievienot nedaudz zaļumus un sāli. Aizvērt katliņu ar vāku. Sautēt 10min, tad pieliet balto, sauso, vīnogu vīnu un krējumu, tad sautēt vēl 10-15min. Pasniedz ar mērci un zaļumiem.

Sastāvdaļas:

Vēži - 35-40gb

Sviests - 150gr

Zaļumi(dilles, pētersīļi)

Krējums - 3ēdamkarotes

Vīns - 1glāze

Sāls - pēc garšas



Krievu plovs ar vēžiem

Dzīvus vēžus izskalo vairākos ūdeņos, tad novāra sālītā ūdenī ar burkāniem, sīpoliem un zaļumiem. Novārījumu izlaist caur marli. Vēžu kakliņus un spīles attīra no čaulas. No čaulas uztaisa vēžu sviestu. Novāra rīsus, rīsiem pievieno novārījumu, vēžu sviestu, gaļu no spīlēm un kakliņiem, var pievienot ceptus sīpolus. Pasniedz karstu ar zaļumiem.

Sastāvdaļas:

Vēži - 15-20gb

Rīsi - 2-2,5 glāzes

Burkāni - 1-2gb

Zaļumi, sviests, sāls

Sīpoli - 1gb



Uzkoda "Morskaja"

Vēžus jānoskalo aukstā ūdenī un jāieliek katliņā. Jāsagriež burkāni un sīpoli, sīki jāsakapā zaļumi. Jāieliek viss katliņā, jāaplej ar 5-6glāzēm vārīta ūdens, jāpievieno lauru lapa un jāvāra 10-15min. Vēžus pasniedz karstus, dziļā traukā, aplejot tos ar šķidrumu, kurā tie tika vārīti.

Sastāvdaļas:

Vēži - 10gb

Burkāns - 1gb

Sīpols - 1gb

Zaļumi



Vārīti vēži amerikāņu gaumē (Minnesota recipe)

Komponentes: 10 – 15 dzīvi vēži, 1 liels sīpols, kas sagriezts ripiņās, 2 citrioni, arī tāpat sagriezti, sāls (pēc garšas), 50 g sarkanā pipara, 2 selerijas laksti, 2 ķiploka galviņas, kas ir attīrīts un sadalīts daiviņās. Pagatavošana. Izmazgāt vēžus tīrā ūdenī. Lielā katlā aizvārīt ūdeni un pievienot garšvielas (sīpolu, seleriju un citus zaļumus pēc garšas). Vārīt 15 minūtes. Pievienot 8-10 nelielus kartupeļus. Vēl pavārīt 10 minūtes. Pievienojam dažas kukurūzas vālītes un dzīvus vēžus. Vēl vārām 10 minūtes. Beidzot noņemam no uguns katlu un paturam vēžus 5 minūtes novārījumā. Pēc tam ņemam vēžus, kartupeļus un kukurūzu laukā no novārījuma.



Recepte Crayfish Macquechou

Komponentes: 1 liels sīpols, sagriezts; 1 saldaiss pipars, sagriezts; pus bļodiņas sīpolloku; sviesta gabaliņš vai 6 ēdamās karotes augu eļļas; 1 konservētās kukurūzas bundža; 1 bundža konservēto tomātu; 450 g attīrītas vēžu gaļas – astītes un spīlīšu gaļa. Pagatavošana. Sīpolus un piparu mazliet apcepj eļļā. Pievieno tomātus un kukurūzu. Sautē visu 5 minūtes, pēc tam pievieno vēžu gaļu un turpina sautēt zem blīvi aizvērtā vāka 20-30 minūtes.



Vēži Zviedru gaumē

Sastāvdaļas:
Dzīvi vēži 10-20gb
Daudz dilles
2 ēdamkarotes sāls/L ūdens

Pagatavošana:

Sālītā ūdenī ieber daļu diļļu un gaida, lai ūdens uzvārās. Pievieno vēžus un vāra 10min, tad pievieno atlikušos daļu ar dillēm un atkal vāra 10min. Vēžus atdesē un ieliek uz nakti ledusskapī. Pirms lietošanas pievieno vēl dilles.



Cienasts no vēžiem

Sastāvdaļas:

2 kafijkrūzītes vārītu rīsu

Vēžu astītes - pēc iespējas

Sīpols - 1gb sagriezts

1/4 kafijkrūzītes sagrieztu zaļo piparu

Konservēti tomāti - 1/2 burciņas

Ķiploki - 2daiviņas

Olīveļļa - 2ēdamkarotes

Ūdens

Pagatavošana:

Izsautē sīpolus, piparus un ķiplokus eļļā. Pievieno tomātus, ūdeni(200gr) un vēžu astītes. Vāra 30min uz mazas liesmas. Pievieno rīsus, samaisa un liek galdā. Paredzētas 4-6personām



Vēžu zupa

Komponentes: 250 g vārītu vēžu; 400g vistas buljona; puskarote sviesta; puse neliela sīpola, sagriezt kubiņos, jebkāda izmēra; tāpat sagrieta puse burkāna; puse selerijas laksta; lauru lapas; Timiāns; malts koriandrs; 1 ēdamkarote sviesta; 1 ēdamkarote miltu; pustase saldkrējuma; sagrieztas dilles; laima sula, pēc garšas; asais pipars – pēc garšas.

Pagatavošana. Ņemam 1 lielāku bļodiņu un divas mazākas tukšas bļodiņas. Ņemam vēzi, atdalām kājas un spīles, tāpat arī atdalām astīti. Noņemam čaulu no astītes. Astītes liekam lielajā bļodiņā, čaulas no astītes mazākā bļodiņā, otrajā mazajā bļodiņā liekam kājas un spīles. Noņemam čaulu no galvas, novācam „seju”, izņemam taukus (bāli dzeltena substance). Čaulu no galvas pievienojam trauciņā, kopā ar taukiem pieņojam čaulām no astītes. To pašu operāciju veic ar visiem vēžiem.

Tagad, kad vēži ir „izģērbti”, paņemam stipru plastikāta maisiņu, saliekam tajā spīles un kājiņas un kārtīgi sadauzām maisiņa saturu ar āmuru, lai gaļa atdalītos. Pievienojam maisiņa saturu pie citām čaulām. Nolobītās vēžu astītes sagriež lielos gabalos. Nelielā kastrolītī uzsilda pus ēdamkarotes sviesta, pievieno sīpolu, burkānu, seleriju un apcep līdz zeltainai krāsai. Pielej vistas buljonu un pietiekami daudz ūdens, lai iegūt mazliet vairāk kā litru šķidruma. Karsē līdz aizviršanai, pievieno vēžu čaulas, lauru lapas, timiānu, koriandru, mazliet sāls un melnos piparus. Sautē uz ļoti mazas uguns aptuveni 30 minūtes.

Vēžu buljonu izkāš citā katlā, dārzeņus un čaulas saliek blenderī, ielej līdz pusei buljonu un sasmalcina līdz brīdim, kad blenderis pārstājis lēkāt traukā. Tam seko smagākā operācija: mums nepieciešams atdalīt visu garšīgo no blendera satura. Priekš tā noliek sietu virs tukša katla un kārtīgi izkāš visu blendera saturu. Šo procedūru ar čaulām atkārtoti tik ilgi, kamēr ir beidzies viss buljons pirmajā katliņā. Zupa ir gandrīz gatava... Nomazgājam katliņu, kurā tika vārīts vēžu buljons. Liekam to uz vidēji stipras uguns un pievienojam ēdamkaroti sviesta, kad sviests beidz putoties, pievienojam miltus. Uz tādas pašas uguns pāris minūtes apcepj, neļaujot miltiem kļūt brūniem. Nepārtraukti maisot, lēnītēm lejam klāt vēžu buljonu, to mazliet aizvārām, aizveram ar vāku un vārām pus stundu. Pēc tam pievieno saldo krējumu, dilles un nolobītās vēžu astītes. Pēc garšas pievienojam sāli un piparus. Sakarsējam gandrīz līdz viršanai, pievienojam laima sulu un izslēdzam uguni. Kādu laiciņu ļaujam pastāvēt un zupu var lietot uzturā.



Pelmeņi no vēžiem

Sastāvdaļas:

Milti - 75gr
Cūkgaļa - 45gr
Vēžu astītes 5-6gb
Sīpoli - 1/2
Ķiploki - 1daiviņa
Pipari
Eļļa 3-4 ēdamkarotes
Tomātu mērce
Garšvielas

Pagatavošana:

Cūkgaļu, sīpolu, vēžu astītes, ķiploku izlaiž caur gaļas maļamo mašīnīti, tad pievieno piparus un eļļu un visu kārtīgi samaisa.

Iejauc miltus ūdenī, uztaisa mīklu, izrullē un uztaisa plānus plācenīšus uz kuriem liek samalto masu, tad plācenīti aizver. Ielaiž verdošā ūdenī, nedaudz pamaisot. Kad pelmeņi uzpeldēs, tad pievieno aukstu ūdeni. Gaidīt līdz uzvārās un atkal atkārtot aukstā ūdens ieliešanu. Kopā tas jāatkārto 3-4reizes. Vēlāk pelmeņus izņem un izliek uz šķīvja. Tasevišķi pasniedz mērci, var atšķaidītu etiķi vai sinepes pēc garšas.



Vēžu zupa

Buljons: 10 nelieli vēži; 300 g zivs; 1 pētersīļa sakne; 1 burkāns; 1 selerijas laksts; 1 sīpols; 1 lauru lapa; dilles; 3 melno piparu zirņi; sāls.

Maltā masa: 1 ēdamkarote rīvmaizes; ¼ glāzes vārītu rīsu; 1 ola; pētersīļi; dilles; 1 ēdamkarote sviesta; ¼ glāzes piena vai saldo krējuma; muskatrieksts; sāls.

Vāžu sviests: 1 ēdamkarote sviesta; 1 ēdamkarote miltu, sāls.

Uzvāra zivju buljonu kopā ar garšsāknēm un sīpolu. Uzvāra vēžus sālsūdenī, pievienojot dilles, pētersīļus, lauru lapas un piparus. Uzmanīgi noņem čaulas (laukā nemet), izņem gaļu no spīlēm un astītes. Vēža gaļu smalki sagriež vai izlaiž caur gaļas maļamo mašīnu. Pievieno tai rīvmaizi, vārītos rīsus, sviestu, pienu vai saldo krējumu, jēlu olu, pētersīļu lakstus un dilles, sāli, muskatriekstu. Visu kārtīgi izmaisa, lai izveidotos vienveidīga un pietiekami bieza masa. Ar šo malto masu piepilda vāžu čaulas muguras daļas. Čaulas daļu, kas noņemta no spīlēm, sīki sasmalcina, ieber katliņā ar sakarsētu sviestu un cepj tik ilgi, kamēr sviests nekļūst spilgti orandžs, pēc tam ieber miltus, pēc divām minūtēm visu to aplej ar karstu ūdeni un aizvāra. Novārījumu izkāš. Verdošā buljonā novāra ar malto masu pildītās bruņas. Gatavajam ēdienam pievieno vēžu sviestu. Aromātam zupai var pievienot dažas citrona šķēlītes bez sēklām.



Vēži sacepti mīklā

Sastāvdaļas:

Zaļais pipars - 1gb(sagriezts kubiņos)

Selērija - 1zariņš(sagriezts)

Vēžu astītes - 5gb(sagrieztas daļās)

Rīvmaize - 100gr

Sāls, sarkanie un melnie pipari(maltie), vēžu tauki, biskvīta mīkla.

Pagatavošana:

Samaisīt piparus, selēriju un vēžu astītes. Vārīt uz mazas liesmas 15min. Pievienot vēžu taukus, sāli un maltos piparus pēc garšas. Pievienot rīvmaizi un samaisīt. Izgatavot no biskvīta mīklas sagatavi un tur ievietot tovārīto saturu. Liek cepeškrāsnī un cep pie 450 grādiem pēc Fārenheita, apmēram 6minūtes. Izgatavot var 30 plācenīšus.



Vēžu salāti "Sugrob"

Sastāvdaļas:

Vēži - 30-40gb

Olas - 2gb

Sālīts gurķis - 1gb

Baravikas - 200gr

Valrieksts - 10gr

Selērija, dažas dzērvenes un 1burciņa majonēzes

Pagatavošana:

Novāra sēnes un ieliek sālītā ūdenī uz 20-30 min, tad izlaiž caur caurduri, atdzesē. Selēriju novāra līdz paliek mīksta, attīra un sagriež. Tāpat sagriež sālīto gurķi, sēnes, olas, vārītu vēžu gaļu, pievieno sasmalcinātus valriekstus un dažas dzērvenes. Visu samaisa ar majonēzi. Izliek salātus kristāla trauciņā un izdekorē ar sagrieztu aplīšos varītu olu.



Horvātu recepte

Sastāvdaļas:

Vēži - 1kg
Olīveļļa - 100ml
Sojas eļļa - 100ml
Ķiploki - 30gr
Pētersīļi - 30gr
Baltvīns - 300ml
Rīvmaize, sāls, pipari - pēc garšas

Pagatavošana

Pirms pagatavošanas jāpārlicinās, lai vēži būtu dzīvi, jo beigtus vēžus nav ieteicams gatavot. Vēžus ieliek katliņā, pielej eļļu, sagriež pa virsu ķiploku un pētersīļus, uzber rīvmaizi, sāli un piparus. Vāra 15min.



Kanapē ar vēžiem

Sastāvdaļas:

Kviešu maize: 500 g
Vārīti vēži: 10 gb.
Tomāti: 5 gb.
Vārītas olas: 5 gb.
Majonēze: 3 ēd.k.
Pētersīļi (sagriezieti): 2 ēd.k.

Pagatavošana:

Maizi sagrieziet šķēlītēs, apžāvējiet cepeškrāsnī un sasmērējiet ar daļu majonēzes. Daļu vēžu mīkstuma un tomātus sagrieziet kubciņos. Olu dzeltenumus atdaliel no baltuma un smalki sagrieziet. Sagatavotās sastāvdaļas sajauciet, pievienojiet atlikušo majonēzi un samaisiet. Šo masu lieciet ar kaudzīti uz maizes. Dekorējiet ar atlikušajiem vēžīšiem, olu dzeltenumiem un zaļumiem.



Vēži ar rīsiem

Sastāvdaļas:

Vēži - 25gb

Pētersīļi(sakne) - 5-6gb

Sīpoli - 2gb

Eļļa - 1/2 glāze

Buljons - 2,5 glāzes

Rīsi - 3/4 no glāzes

Malto melnie pipari un sāls - pēc garšas

Pagatavošana:

Novārtīt sāļā ūdenī pētersīļu saknes, pēc 30min ūdenī ielikt vēžus, kuriem iepriekš ir nogriezta astes spura kopā ar zarnu. Vāra, apmēram, stundu, tad atdala gaļu no spīlēm un kakla. Apcep sīki sagrieztus sīpolus un aplej tos ar buljonu. Kad buljons sāk vārīties, tad pieber rīsus. Rīssus vāra uz mazas liesmas, tad pārliet šķīvī. Rīsiem pa virsu liek atdalīto vēžu gaļu, apkaisa ar melnajiem pipariem un pasniedz.



Vēži vārīti alū

Sastāvdaļas:

Vēži - 10gb

Alus - 0,5L

Sāls - 1/2 ē.k.

Pagatavošana:

Katliņā ielej alu, pievieno sāli, kad sāk vārīties, tad liek iekšā vēžus un vāra 10-12minūtes. Pirms pasniegšanas vēžus liek traukā un uzlej virsū to alu, kurā tie vārījās. Pasniedz karstus un var dekorēt ar zaļumiem.



Vēži ar makaroniem čilli piparu mērcē

Sastāvdaļas:

12 kaltēti tomāti
1 jalapeno pipars, sagriezts plānās šķēlītēs
340 g 'Eņģeļu matu' nūdeļu
1 ēd.k. olīvu eļļas
2 daiviņas ķiploku, sasmalcinātu
180 ml tekilas
400 g notīrītu vēžu
120 ml bieza krējuma

Pagatavošana:

Iemērc kaltētos tomātus un jalapeno bļodā ar karstu ūdeni uz 30 minūtes. Nosusina un sagriež tomātus un jalapeno. Atliek malā.

Sagatavo nūdeles atbilstoši norādījumiem uz iepakojuma. Nosusina un tur siltumā.

Uzkarsē olīvu eļļu lielā pannā. Liek ķiplokus un apcep 1 minūti. Pievieno tomātus un jalapeno un cep vēl 3- 5 minūtes. Pievieno tekilu un cep, kamēr šķidrums ir samazinājies par vienu trešdaļu, apmēram 5 minūtes.

Pievieno vēžus un cep, kamēr tie kļūst necaurspīdīgi un sarkani, apmēram 5 minūtes. Pievieno krējumu un cep, kamēr viss izkarsēts cauri, bet neuzvārot. Pasniedz ar nūdelēm.



Vēžu astīšu salāti ar avokado un aveņu mērci

Sastāvdaļas:

200 g vēžu astīšu
2 avokado
120 g hurmas
1 selerijas kāts
½ citrona sulas
Rotāšanai:
50 g aveņu (svaigu vai saldētu)
Mērcei:
150 g aveņu
1 ēdamkarote medus
2 tējkarotes Dižonas sinepju
1 ēdamkarote balzametīķa
4 ēdamkarotes olīveļļas

Pagatavošana:

Avokado nomizo, sagriež paprāvos kubiciņos un aprasina ar citrona sulu. Hurmu nomizo un sagriež daiviņās. Selerijas kātu sagriež šaurās strēmelītēs. Avenes sakul jaucējā. Iemaisa medu, sinepes un balzametīķi. Lēnām kuļot, pievieno olīveļļu. Mērci pārlej salātiem. Ieliek vēžu astītes. Rotā ar avenēm.



Buzara no vēžiem

Sastāvdaļas:

Vēži - 1kg
Olīveļļa - 100ml
Sojas eļļa - 100ml
Ķiploki - 30gr
Pētersīļi - 30gr
Baltvīns - 300ml
Rīvmaize, sāls, pipari - pēc garšas

Pagatavošana:

Pirms pagatavošanas jāpārlicinās, ka vēži ir dzīvi. Vēžus ieliek kastrolī, pielej eļļu, vīnu, pieliek smalki sagrieztus ķiplokus un pētersīļus, rīvmaizi, sāli un piparus. Vāra 15 min, tad servē.



Vēži ar pildījumu

Sastāvdaļas:

Vēži - 20-30gb
Sviests - 1ē.k.
Dilles - pēc garšas
Ola(dzeltenums) - 1 gb

Novāra sālītā ūdenī 20-30 vēžus, atsevišķi novāra griķu biezputru. Atdala no vārītajiem vēžiem gaļu un samaisa to kopā ar griķu biezputru, sviestu, olas dzeltenumu un dillēm. Ar šo pildījumu piepilda vēžu muguras, liek podiņā, aplej ar vēžu buljonu un vāra līdz gatavībai.



Vēži ar garnelēm vermutā

Sastāvdaļas:

Sviests - 3ē.k.
Eļļa - 2ē.k.
Garneles(vārītas) - 300gr
Vēžu kakliņi - 300gr
Vermuts - 1/2 no glāzes
Sula - no 2citroniem
Sāls, pipari - pēc garšas

Savieno kopā sviestu ar eļļu un izkausēt uz cepešpannas. Pievieno vēžu kakliņus un garneles, un vārīt eļļas-sviesta kausējumā, apmēram 5minūtes. Pēc tam pielej vermutu, pievieno sāli un piparus un vāra vēl 5min. Vēlāk pielej citronu sulu un pasniedz kopējā traukā. Vēži jāņem no trauka ar zobu bakstāmo palīdzību, vai speciālo plastmasas zobentiņu palīdzību.



Gratinī ar vēžiem

Sastāvdaļas:

Vārīti vēži - 16gb

Marinādei:

Olīveļļa - 3ē.k.

Citronu sula - 3ē.k.

Paprika - 1tējkarote

Tobasko - 1pile

Vusteširas mērce - 1pile

Sāls, pipari - pēc garšas

Sausais baltvīns - 100gr

Papildus:

Balmaizes Rīvmaize - 120gr

Siers - 75gr

Ķiploki - 2daiviņas

Sasmalcinātas dilles - 6ē.k.

Olīveļļa - 3.ē.k.

Pārgriež vēžus uz pusēm un izņem iekšas. Ieklāj folliju karstumizturīgā traukā. Ieliek traukā vēžus cieši vienu otram blakus, ar pārgriezto pusi uz augšu. Uztaisa marinādi un lej to virsū ar karoti vēžiem. Ieliek ledusskapī iemarinēties uz 2stundām

Iekarsē cepeškrāsnī līdz 250°C. Samaisa rīvmaizi, sieru, ķiplokus un dilles. Maisījumu liek virsū plānā kārtā uz vēžu pusītēm. Apšpicē visu ar olīveļļu un liek cepeškrāsnī uz 8-10min. Pasniedz uzreiz karstu.



Vēži garšvielu mērcē

Sastāvdaļas:

Vēži - 1kg
Sīpoli - 1gb
Ķiploki - 2daiviņas
Tomāti - 4gb
Rīvmaize - 15gr
Olīveļļa - 6ē.k.
Kaijēnas pipars - 1ē.k.
Brendijs - 1glāze
Baltvīns - 6ē.k.
Zivju buljons - 6ē.k.
Sāls, pipari, pētersīļi - pēc garšas

Pagatavošana:

Nomazgā un izķidā vēžus. Uzkarsē eļļu pietiekami lielā keramikas traukā, lai tajā varētu ievietot vēžus un mērci. Sautē vēžus zem vāka, kamēr paliek sarkani. Izņem vēžus, tad tajā pašā eļļā cep sagrieztus sīpolus un ķiplokus līdz tie iegūst zeltainu krāsu. Vēlāk pievieno tomātus. Karstumu nogriež mazāku un cep 10minūtes. Uzkaisa sāli un piparus, apkaisa ar rīvmaizi. Visu samaisa un pievieno kaijēnas piparu, vēžus un brendiju. Kad viss labi uzkarsējies, tad pievieno baltvīnu un buljonu un sautē uz mazas liesmas 15minūtes. Pasniedzot apkaisa ar sagrieztiem pētersīļiem.



Aukstā zupa ar vēžiem

Sastāvdaļas:

Svaigi gurķi - 8gb
Gurķu rasols - pēc garšas
Olas - 4gb
Krējums - 400gr
Kvass - 1,5-2L
Vēži mazi(kakliņi) - 25gb
Zaļumi un mārrutki - pēc garšas

Pagatavošana:

Notīra gurķus, sagriež tos kubiņos, saliek katliņā, pievieno krējumu, atšķaida ar kvasu, pievieno glāzi gurķu rasola, sakapātus zaļumus, sagrieztas kubiņos olas, vēžu kakliņus un apkaisa ar sāli un pipariem. Pievieno nedaudz cukura, pievieno lociņus un mārrutkus. Pirms pasniegšanas atdzesē.



Vēžu cīsiņi

Sastāvdaļas:

Vēži - 50gb
Gaļa 200gr
Baltmaize - 1gb
Sviests - 3ē.k.
Ola - 1gb
Olas dzeltenumi - 2gb
Sāls, pipari, muskatrieksts - pēc garšas
Rīvmaize - pēc garšas
Saldais krējums - 2ē.k.
Piens ar ūdeni, priekš cīsiņu vārīšanas
Eļļa priekš cīsiņu cepšanas

Pagatavošana:

Novāra vēžus sālītā ūdenī(var pievinot mētru zāles). Atdala gaļu no vēžiem, samaļ kopā ar 200gr gaļas, pievieno baltmaizi, kas iepriekš izmērcēta pienā un izžavēta, pievieno sviestu, olu un divus olu dzeltenumus, pievieno garšvielas, rīvmaizi un saldo krējumu. Visu maisījumu kārtīgi samaisa, iepilda cūkas zarnā, pārsien ar diegiem, lai izveidotos 6-8nelieli cīsiņi no8-10cm garumā. Tad to ieliek un novāra pienā ar ūdeni, apcep eļļā un pasniedz ar kāpostiem, vai zaļajiem zirnīšiem.



Vēžu-zivju kotletes

Sastāvdaļas:

Zivs(fileja) - 2kg
Lociņi - 10gb
Sezams un Īngvers - pēc garšas
Olas - 1gb
Citronu sula, vēži, sāls

Pagatavošana:

Visas sastāvdaļas samaisa ar maltu zivi. Izveido nelielas kotletītes. Apviļā miltos un uzputotā olā ar rīvmaizi, tad cep lielā eļļas daudzumā dziļā pannā. Pasniedz karstas.



Vēžu biezzupa ar rīsiem

Sastāvdaļas:

Vēži - 30-40gb

Sīpoli - 1gb

Dilles - 1pušķis

Sviests - 1,5ē.k.

Milti - 1ē.k.

Rīsi - 1/4 no glāzes

Krējums - 0,5-1glāze

Zaļumi, garšvielas - pēc garšas

Pagatavošana:

Vēžus noskalo, ieliek katlīnā, uzlej ūdeni, pieliek nedaudz sāli un smalki sagrieztu sīpolu, sakapātas dilles un vāra uz nelielas uguns, vēlāk nokāš. Vēžiem atdala kakliņus, tos saliek katlīnā un aplej ar buljonu, kurā vēži vārījās. Vēžu muguras un spīles sastampā ar akmens piestu, apcep ar 1-1,5karoti sviesta līdz kamēr paliek tumši, tad ieber miltus, atkal apcep, tad sajauc ar vēžu buljonu, pavāra kādu laiku un tad izlaiž caur marli, vai smalku sietiņu. Tad ieliek tur vēžu kakliņus, iepriekš atsevišķi novārītus rīsus un sakarsētu krējumu ar garšvielām. Pasniedz karstu.



Vēžu mērce

Sastāvdaļas:

Vēži - 12gb
Sviests - 130gr
Saldais krējums - 100ml
Sīpoli - 1gb
Ķiploki - 1daiviņa
Zaļumi - 1pušķis
Vīns(baltais, sausais) - 250ml
Pipari, sāls - pēc garšas

Pagatavošana:

Katliņā ieliek sagrieztus sīpolus, ķiploku, zaļumus, piparus un sāli. Ielej vīnu un glāzi ūdens. Vāra apmēram 10minūtes. Ieliek klāt vēžus un vāra vēl 8minūtes. Noņem no uguns katliņu un atļauj vēžiem atdzist buljonā. Vēlāk izņem vēžus, bet buljonu atliek malā. Vēžus notīra un atdala gaļu. Vēlāk ieliek mikserī visu to, kas palika no vēžiem pēc gaļas atdalīšanas un maļ tik ilgi, kamēr viss pārvēršās par viendabīgu maisījumu. Tad pievieno 80gr sviesta samaisa un atliek uz vairākām stundām.

Katliņā ieliek samalto un pastāvējušo biezeni, pievieno 2glāzes ar ūdeni, uzvāra(visu laiku maisot). Vēlāk to biezeni nokāš(var caur marli) un visus cietos gabaliņus izmet. Izkāsto biezeni ieliek ledusskapī atdzesēt.

Uzsilda atdzesēto biezeni. Katliņā izkausē 50gr sviesta. Noņem no uguns un pievieno lēdamkaroti miltu, samaisa un gatavo uz nelielas uguns 2minūtes. ņem nost no uguns un pamazām pievieno biezeni. Gatavo uz mazas uguns 15minūtes un visu laiku maisa. Vēlāk pievieno iepriekš atdalītos vēžu gaļas gabaliņus, un saldo krējumu. Visu kārtīgi samaisa un vēl gatavo uz mazas liesmas 5min. Pievieno sāli un piparus pēc garšas.



Vēži vārīti "garšīgie"

Sastāvdaļas:

Vēži
Tomātu sula
Tumšais alus
Sāls
Pipari melnie(zirnīši)
Sīpols
Ķiploks
Lauru lapa
Svaigas dilles
Citroni

Pagatavošana:

Vēžus labi nomazgā. Ielej katliņā ūdeni, vāra. Pieliek lauru lapu, melnos piparus(zirnīšus), un veselu sīpolu. Kad drusku pavārās, tad sīpolu izvelk ārā. Pievieno tomātu sulu un alu. Liek iekšā vēžus un katlam uzliek vāku. Vāra 7-10minūtes. Sāli pievieno pēc garšas. Pievieno saspīestu ķiploka daiviņu un veselu pušķi ar zaļumiem. Vāra vēl 2-3minūtes. Sagriež citronu četrās daļās un arī ievieto katliņā, uzliek atpakaļ vāku un uguni izslēdz. Atstāj visu uz plīts vēl uz 15-20min, pie izslēgtas uguns. Pirms pasniegšanas noskalo citronu sulā.
P.S. Ja vēži ir mazi, tad tās norādītās minūtes jāsamazina.



Vēži ar prosu

Sastāvdaļas:

Vēži - apmēram 1kg
Prosa - 500gr
Sīpoli - 2-3gb
Sāls - pēc garšas

Pagatavošana:

Vēžus nomazgā, applaucē ar verdošu ūdeni un noņem galvas. Prosu vairākas reizes noskalo ar karstu ūdeni. Vēžus iztīra un piepilda ar prosu. Pildītos ar prosu vēžus ieliek katliņā, aplej ar ūdeni, uzkaisa sāli, pieliek smakli sagrieztus sīpolus un vāra kamēr ir gatavi. Pasniedz karstus.



Vēži alū (krievu variants)

Sastāvdaļas:

Vēži - 10gb

Gaišais alus - 0,5L

Sāls - 20gr

Pagatavošana:

Alu uzvāra, pievieno sāli un kārtīgi nomazgātus vēžus. Vāra 12-15minūtes. Vārītos vēžus atstāj alū vēl uz 15-20minūtēm. Pirms pasniegšanas vēžu pārliet šķīvī un apkaisa ar svaigiem zaļumiem.



Uzkoda no vēžiem

Sastāvdaļas:

Vēži — 12gb

Burkāns — 1gb

Pētersīļa saknes — 1gb

Sīpoli — 1gb

Sarkanie ikri — 120gb

Zaļumu bunte — 1gb

Lauru lapa - 1gb

Graudu pipari, sāls

Pagatavošana:

Vēžus pievieno vārošam ūdenim, pievieno sakni, sīpolus, garšvielas, zaļumus, un vāra 8-10 minūtes. Vēžus atstāj minūtes 20šķidrumā, kurā tie vārījās. Uz šķīvja uzliek ledu un trauciņu ar sarkanajiem ikriem, apkārt saliek vēžus un izrotā ar zaļumiem.



Vārīti vēži ar cukuru

Sastāvdaļas:

Dzīvi vēži - 2kg

Sāls - 6 ē.k.

Cukurs - 2 ē.k.

Dilles

Lauru lapas - 4gb

Ūdens - 3,5L

Pagatavošana:

Dzīvus vēžus nomazgā tekošā ūdenī. 5L katlīnā ielej ūdeni, uzvāra, pievieno sāli, cukuru, lauru lapas un dilles. Pievieno tur arī vēžus un vāra 20minūtes. Gatavos vēžus saliek uz šķīvja un pasniedz ar alu.



Vēžu un svaigu tomātu mērce

Sastāvdaļas:

Svaigs zivju buljons(pamata) - 600gr

Tomāti - 700gr

Burkāni - 60gr

Pētersīļu sakne - 50gr

Sīpoli - 70gr

Sausais baltvīns - 150ml

Dzīvi vēži - 5gb

Zivju buljons 250ml

Citrons - 1/2gb

Saldais krējums - 50gr

Garšvielas, sāls - pēc garšas

Pagatavošana:

Sagriez sīpolus un apcep, pieliek klāt nomizotus un sagrieztus tomātus, ielej buljonu, pieliek garšvielas un apstrādātus vēžus, vāra to visu, apmēram stundu. Tālāk izņem vēžus un atdala gaļu no tiem. Tālāk atdalīto vēžu gaļu, kopā ar pētersīļu sakni, izlaiž caur sietu, pielej balto mērci un uzvāra. Pielej baltvīnu. Gatavai mērcei pievieno saldo krējumu.

Mērci pasniedz pie dažādiem zivju ēdieniem, pie attīrītām garnelēm, vai vēžu kakliņiem.



Cepti vēžu kakliņi piena mērcē

Sastāvdaļas:

Vēži – 5gb
Sāls – 15gr
Mērce – 130gr
Vēžu sviests – 10gr
Sēnes – 100gr
Siers – 6gr
Sviests – 5gr
Pipari

Pagatavošana:

Paņem lielākos vēžus un novāra tos sālītā ūdenī. Pagatavo vidēji biezu piena mērci un pievieno tajā vēžu sviestu, sāli un sarkanos maltos piparus. Vārītos vēžus sadala uz pusēm(kakliņi paliek), no čaulas izņem iekšas, pēc tam uz čaulas liek sīki sagrieztas ceptas sēnes, kas sajauktas ar piena mērci. Sagatavotos vēžus aplej ar piena mērci, apkaisa ar rīvētu sieru, uzliek nedaudz sviestu un liek karstā cepeškrāsnī. Pasniedz traukā, kurš pārklāts ar papīra salveti.



Vēži Saratovas gaumē

Sastāvdaļas:

Vēži - 5-7kg
Upeņu lapas
Piparmētru lapas
Dilles
Ķīmenes - Viss vienādās proporcijās
Ūdens
Gurķu rosols
Gaišais alus
Saldais krējums

Pagatavošana:

Paņem 5-7 kilogramus dzīvu vēžu, ieliek tos spainī, pārklāj ar vienādās proporcijās saliktām upeņu lapām, piparmetrām, dillēm un ķīmenēm. Pārlej ar aukstu ūdeni un atstāj uz stundu. Vārīšanas katliņā sajauc gurķu rosolu, saldo krējumu un gaišo alu vienādās proporcijās. Kad katliņa saturs uzvārās, tad met tur iekšā vēžus un vāra 15-20minūtes. Pasniedz karstus, izdekorētus ar zaļumiem.



Asie vēži

Sastāvdaļas:

Vēži - 25-30gb
Sīpoli - 1gb
Eļļa - 2ē.k.
Ķīmenes - uz naža galiņa
Pētersīļi, dilles - pēc garšas
Sāls, pipari - pēc garšas

Pagatavošana:

Vēžus novāra sālītā ūdenī, pievieno ķīmenes un sagrieztus zaļumus. Atdala vēžus no čaulas. Nomizo sīpolu, sagriež un apcep to līdz zeltainai krāsai. Vēžu gaļu apkaisa ar sāli, sarkanajiem pipariem un samaisa ar cepto sīpolu, klāt pielej 3-5karotes ūdens, kurā vēži vārījās un uzliek vāku. Sautē uz mazas liesmas 15-20minūtes. pasniedz seklā šķīvī ar smalki sakapātiem zaļumiem pa virsu.



Vēži apcepti mērcē

Sastāvdaļas:

Vēži - 20gb
Sviests - 2ē.k.
Krējums - 1glāze
Sīpoli - 1gb
Sāls, zaļumi

Pagatavošana:

Dzīvus vēžus noskalo, vāra sālītā ūdenī 10minūtes, apcep sviestā, pievieno glāzi ūdens, kurā vēži vārījās, krējumu, sagrieztus(apceptus) sīpolus, pievieno sāli un gatavo uz mazas liesmas, kamēr krējums paliek dzeltenīgs. Pasniedz kopā ar mērci, dekorē ar zaļumiem.



Otrā daļa.

Zivju pagatavošanas receptes

Mīklā cepta zivs

Ņemam saldētu zivs fileju, atsaldējam, sagriežam gabaliņos, apmēram, 4x4cm. Iemarinējam uz kādām 30min, pēc tam zivs filejas gabalus mērc iepriekš sagatavotā mīklā un met verdošā eļļā un tur tik ilgi, kamēr mīkla, kas ir ap zivi, paliek brūna.

Marinādi var gatavot klasisko, var ar citronu vai kādu vien vēlaties. Mīklu, kurā vajadzēs apmērcēt filejas gabalus, gatavo ļoti līdzīgu pankūku mīklai, tikai ne tik saldu. Mīklai vairāk jābūt sāļai un mīklā ir jābūt pietiekami zaļumiem.



Zivs marinādē

Zivs fileja - 500gr

Sīpoli - 2gb

Milti - 4lielās karotes

Ūdens - 200gr

Etiķis (9%) - 200gr

Eļļa - 6lielās karotes

Melnie pipari, lauru lapas, karrijs, sāls - pēc garšas

Filejas gabalu sagriež gabaliņos 2cm platumā, apber ar sāli, apvārta miltos un apcep. Etiķi samaisa uz pusēm ar ūdeni, ieber piparus, ieliek lauru lapu, ieber sagrieztos sīpolus un vāra, kamēr sīpoli paliek mīksti. Karrija pulveri, izšķīdināt etiķī un ieliet vārošajā marinādē, tad vārīt vēl 2minūtes. Tad ar to vārošo marinādi aplej ceptos filejas gabaliņus un uz diennakti notur ledusskapī.



Zivs krējumā

600gr zivs fileja
Glāze krējuma
Sviests
Melnie pipari
Lauru lapa
Sāls
Saulespuķu eļļa

Fileju sagriež, uzber sāli, apcep sviestā un saulespuķu eļļā. Ieliek traukā, uzber piparus, apkaisa ar sasmalcinātu lauru lapu, aplej ar krējumu un cep cepeškrāsnī apmēram 20minūtes 150grādu temperatūrā.



Zivs Sicīliešu gaumē

Paliela zivs (karpa, zandarts) 500gr
Sīpoli 70gr
Kartupeļi 220gr
Kabači 230gr
Svaigi šampinjoni 130gr
Eļļa un ūdens pa 80gr
Citrons 40gr
Malti, melnie pipari un sāls pēc garšas.

Notīrām zivi, no abām pusēm iegriežam iegriezumus, katrā iegriezumā ieliekam pusi no citrona šķēlītes. Zivi liek uz iesmērētas ar eļļu palātes, apkārt saliek sīpolgredzenus, kubiņos sagrieztus kartupeļus un kabačus, bet pa virsu zivij liek plānās šķēlītēs sagrieztus šampinjonus. Uzkaisa sāli, uzber piparus, uzlej drusku eļļas, pievieno nedaudz ūdeni un cep cepeškrāsnī 250-280 grādu temperatūrā.



Zivs ar riekstiem

Zivs fileja - 1kg
Rieksti - 100gr
Dilles - 100gr
Ķiploki - 50gr
Sāls, pipari - pēc garšas

Fileju liek uz follija gabala, kurš iepriekš nosmērēts ar eļļu vai sviestu, uz puses no filejas uzber sasmalcinātus riekstus, sagrieztus ķiplokus, smalki sagrieztas dilles, sāli un piparus. Tad brīvo filejas gabalu uzloka apbērtajam filejas gabalam, ietin follijā un cep cepeškrāsnī.



Līdakas fileja ar sausiņiem

0,6Kg līdakas fileja
2gb olas
1gb citrons
sāls, melnie maltie pipari
panējamie sausiņi
eļļa

Zivs fileju noskalot un nosusināt uz salvetes. Ar asu nazi iegriezt rievās. Apskaisīt fileju ar sāli un pipariem, uzspiest citronu sulu un atstāt uz 15-20 minūtēm. Traukā iesit divas olas, drusku pievieno sāli un sakuļ. Var pievienot arī drusku citronu tur. Šajā kultenī tiek iemērcta fileja, tad apvārta no visām pusēm panējamajos sausiņos. Tad liek fileju uz pannas, kurā jau ir sakarsēta eļļa un cep no abām pusēm līdz zeltīti-brūnai garoziņai. Pasniedz ar dārzeņiem.



Līdaka vīnā

Nemam nelielu līdaku(1kg) iztīram. Katliņā ieberam sagrieztus pētersīļus, sīpolus, sāli, piparus un pievienojam dažas lauru lapas. Tad tur ievietojam sagrieztus līdakas gabalus un to visu aplejam ar sarkano vīnu(nav ieteicams lietot "Kagoru" un līdzīgu vīnus) un pievienojam buljonu. Pēc tam uzliekam katlam vāku un gatavojam līdaku tik ilgi, kamēr tā būs gatava. Pasniedz ar kartupeļiem un zaļumiem.



Līdaka cepeškrāsnī ar āboliem un tomātiem

Palielu līdaku iztīra, nomazgā un piepilda ar sagrieztiem āboliem, tomātiem, sīpoliem, uzspiež no citrona sulu, ar sāli ierīvē no ārpuses, pēc tam ietin ar sviestu ieziestā follijā un cep cepeškrāsnī. Pasniedz uz šķīvja apkaisītu ar zaļumiem un pa malām kartupeļi.



Līdaka tomātos

Lielā traukā sviestā vai taukos apcep sīki sagrieztus sīpolus, pieliek tur tomātu pastu, cukuru, drusku sāli un piparus, ielej pusglāzi karsta ūdens, visu samaisa un uzvāra. Iepriekš sagatavotus un sagrieztus līdakas gabalus pievieno vārošajā masā, aplej ar tomātu mērci un vāra uz mazas uguns. Pēc tam līdakas gabalus pārliet šķīvī, aplej ar mērci un apkaisa ar zaļumiem (pētersīļiem un dillēm). Klāt liek vārītus makaronus vai vārītus rīsus.

Uz 0,5kg līdaku ir nepieciešams 2/3 no glāzes ar tomātu pastu, 2gb sīpoli, sāls, pipari, tauki vai sviests.



Cepta līdaka

Zivi iztīra, nomazgā un nosusina uz salvetes. Tad sagriež porcijās un atstāj uz laiciņu, lai pastāv. Pēc tam zivi apvārta miltos, olu kultenī, un rīvmaizē. Cep karstos taukos no abām pusēm. Gatavos gabalus liek uz šķīvja, izdekorē ar citrona šķēlēm, un uz katra gabala uzliek drusku rīvētus mārutkus. Pasniedz ar kartupeļiem.



Zivju gulašs

600-700gr zivs

Sviests

Milti

Ūdens vai zivju buljons

Krējums 100-150gr

Olas 2gb

Sāls

Sausais baltais vīns 70gr

Zivs fileju sagriezt gabalos un paturēt vēsumā 90minūtes, pēc tam ielikt katliņā, apliet ar izkausētu sviestu, uzlikt vāku un gatavot uz mazas uguns, apmēram 10minūtes. Tad samaisa miltus ar sviestu (lēdamkarote miltu uz lēdamkaroti sviesta), pielej karstu ūdeni vai zivju buljonu un nedaudz pavāra (sanāk mērce). Tad olu dzeltenumus sakuļ ar krējumu, apkaisa ar sāli, uzlej baltvīnu un samaisa ar mērci, kas bija pagatavota miltiem un sviesta. Tad ar iegūto masu aplej zivs gabalus, apber ar rīvmaizi un ieliek uz 15minūtēm cepeškrāsnī. Pasniedz ar rīsu putru.



Zivs-siera sacepums

Zivs - 0,5kg
Sīpoli - 1gb
Majonēze - pēc garšas
Siers - 200gr
Sāls, pipari - pēc garšas

Zivi novāra, atdzesē, atdala no asakām. Dabūto fileju ieliek formā, kura iesmērēta ar eļļu vai sviestu, samaisa ar sīki sagrieztu sīpolu, sāli un pipariem. Pa virsu uzspiež majonēzi un apkaisa ar rīvētu sieru. Tad minūtes 15, dod formiņām nostāvēties, tad liek karstā cepeškrāsnī. Gatavību nosaka, dzeltenī-oranža vgaroziņa pa virsu.



Zivju sacepums Čehu gaumē

Zivs - 500gr
Milti - 1-2 ēdamkarotes
Ola - 1gb
Piens - 1/2 no glāzes
Tauki - 2-3 ēdamkarotes
Sāls, etiķis - pēc garšas.

Atdala no zivs fileju un sagriež porciju gabalos, uzšļaksta nedaudz etiķi. Tad apkaisa ar sāli un ieliek cepeškrāsnī traukā, kurš iesmērēts ar taukiem. Olu samaisa ar pienu, pieber miltus, atkal samaisa un tad aplej ar to visu zivi. Trauku liek cepeškrāsnī un cep, apmēram 30minūtes



Forele Norvēģu gaumē

Forele - 500gr
Baltvīns(sausais) - 1/2 no glāzes
Mazās plūmītes(Aliča) - 50gr
Estragons, sīpolloki, maltie melnie pipari, sāls - pēc garšas

Notīra zivi, nogriež galvu un caur priekšpusi izpiež visas iekšas, **vēderu uzšķērt nevajag**, tad kārtīgi izskalo zivs iekšpusi. Tad zivī iekšā saber sāli, piparus smalki sagrieztas estragona lapas, sasmalcinātus sīpollokus un aliču(svaigu vai kaltētu). Zivi savērpt gredzenā. To visvieglāk ir izdarīt, ja astes spuru ieliek nogrieztās galvas vietā, zivs iekšpusē.

Katliņā vienu otrai pāri(krusteniski) novieto divus kociņus, var no saldējuma, uzliek uz tiem gredzenā savērpto foreli, uzlej balto sauso vīnu un tur to visu uz uguns, apmēram 20minūtes. Zivs pievelkās ar garšvielām un vīnu.



Skumbrijas sacepums ar augļiem un majonēzi

Svaiga skumbrija - 500gr
Milti - 40gr
Sviests - 40gr
Sīpoli - 1gb
Burkāni - 200gr
Majonēze, zaļumi, piari, sāls, siers - pēc garšas

Svaigai skumbrijai atdala fileju, sagriež gabalos, apvārta miltos un apcep no visām pusēm līdz parādās kraukšķīga garoziņa, pēc tam liek dziļā pannā, pieliek sagrieztus apceptus sīpolus, sagrieztus apceptus burkānus, apkaisa ar rīvētu sieru, aplej ar majonēzi un liek cepeškrāsnī uz 15minūtēm, temperatūru liek 225 C

Ēdienu pasniedz ar tomātu mērci, klāt vārītiem kartupeļiem. Dekorē ar pētersīļiem un dillēm.



Zivju zupa ar sieru

Zivs - 50gr
Sīpoli - 1mazs sīpols
Sviests - 20gr
Milti - 20gr
Ķiploks - 1,2 daiviņas
Siers(ciets) - 30-40gr
Zaļumi, sāls, garšvielas - pēc garšas

No zivs atdala fileju, sagriež nelielos gabaliņos, apvārta miltos un viegli apcep.
Sīpolu sagriež salmiņos, apcep sviestā, pievieno miltus, kad sīpoli jau gandrīz apcepti.
Vārošā zivju buljonā liek apceptos sīpolus, apceptos zivs filejas gabaliņus, pievieno garšvielas un vāra uz mazas uguns 5-10minūtes.
Pasniedz zupas šķīvī. Ielej zupu, ierīvē sieru, ieber zaļumus un ķiplokspiedē saspīestas ķiploka daiviņas.



Forele ar medu

2 foreles,
daži valrieksti,
daži svaigas piparmētras zariņi,
sāls,
pipari,
2 ēdamkarotes medus,
2 ēdamkarotes olīveļļas.

Zivis iztīra, pārkaisa ar sāli.

Piparus, piparmētu zariņus, riekstus sasmalcina un saspiež ar āmurīti, sajauc kopā, pievienojot medu. Ar šo garšvielu maisījumu piepilda zivi un aizšuj. Foliju apslaka ar olīveļļu, ietin zivi un cep.

Pirms pasniegšanas apslaka ar olīveļļu.



Zandarts pikantā mērcē

1kg zandarta,
etiķis,
100g sviesta,
mazliet estragona,
dilles,
1 tējkarote miltu,
sāls,
cukurs,
100g krējuma,
zivju buljons.

Zivis iztīra, apsāla, pārslaka ar etiķi (citronu sulu), pārziež ar eļļu vai sviestu, apcep cepeškrāsnī.

No sviesta, miltiem un buljona pagatavo mērci ar krējumu, estragonu, etiķi, cukuru, dillēm.

Pārlej zivīm, turpina cepšanu. Jāuzmanās, lai zivis nepārcep, tad tās būs sausas.

Pasniedz ar rīsiem un salātiem



Zivju zupa ar ķiploku

200g asaru,
100g kartupeļu,
1 burkāns,
1/2 selerijas,
1 sīpols,
50g tomātu,
3-4 sēnes,
zaļumi,
tomātu biezenis,
sviests,
sāls,
pipari,
krējums.

Zivis notīra, nomazgā. No galvām vāra buljonu, izkāš. Buljonā liek no asakām atdalītas zivis, sēnes, kartupeļus un vāra, līdz kartupeļi mīksti. Pieliek sviestā apceptus dārzeņus, tomātu biezeni, tomātu šķēles uzvāra, pieliek krējumu. Pieber piparus un ļauj zupai 10 minūtes piesātināties. Katrā šķīvī liek sarīvētu ķiploku un zaļumus.



Līnis krievu gaumē

1kg līņu,
3 ēdamkarotes sviesta,
1 galviņa kāpostu,
3-4 kaltētas sēnes,
1 sīpols,
1 burkāns,
1 selerija,
1 pētersīlis,
5-6 pipari,
3 krustnagliņas,
1/2 tējkarotes kanēļa,
1 tējkarote cukura,
1 gl. krējuma,
2 olas,
rīvmaize.

Sarkanos vai baltos kāpostus saēvelē skaidiņās, pieber sāli, pārlej ar buljonu, kas vārīts no kaltētām sēnēm, garšsāknēm un garšvielām, pieliek sviestu, sautē. Pievieno kanēli, krustnagliņas, cukuru, krējumu, rīvmaizi un sautē, līdz ēdiens kļūst biezs. Pieliek sasmalcinātas olas. Pasniedz ar ceptām līņu filejām.



Krāsni cepts zandarts (menca)

1kg zandarta,
sāls,
pipari,
50g sarīvēta siera,
rīvmaize,
2 ēdamkarotes eļļas.

Mērcei:

1 1/2 glāzes krējuma,
4 olu dzeltenumi,
mazliet etiķa,
sāls,
muskatrieksti,
100g sviesta.

Veidnē liek porciju gabalos sagrieztu zivi, pārlej ar mērci, ko pagatavo no dotajiem produktiem, pārkaisa ar sieru, rīvmaizi, pārlaista ar eļļu. Cep cepeškrāsnī apmēram 30 minūtes.



Taukos cepta līdaka

1kg līdakas,
1 ola,
1/2 glāzes piena,
3-5 ēdamkarotes miltu,
sāls.

Notīrītu līdaku sadala gabaliņos, izņem asakas, viegli apsāla. No olas, piena un miltiem pagatavo pabiezu pankūku mīklu, kurā apmērcē sagatavoto līdaku. Cep lielā tauku daudzumā.



Karaliskā līdaka

Sastāvdaļas:

līdaka

sviests vai margarīns

sāls

vairāki sīpoli

lauru lapas

smaržīgie pipari

~3 ĒK skāba krējuma

malts muskatrieksts

sāls

Gatavošana:

Sagriez iztīrītu līdaku un apcep uz pannas sviestā vai margarīnā. Tad liek katliņā, kurā drusku ieliets ūdens. Pieber sāli, sagriez virsū sīpolus, pieliek garšvielas (es konkrēti liku šaurlapu, smaržīgos piparus), uzliek skābo krējumu virsū un sautē kādu laiciņu- apmēram 20 min. Un pašās beigās, ~1 min. pirms gatavības, uzkaisa malto muskatriekstu!



Pildīta līdaka ar rīsiem

Sastāvdaļas:

1 kg līdaka

1 1/2 tējķ. sāls

Pildījumam:

1/2 tases rīsu

2 cieti vārītas olas

skābs krējums

sāls

baltie pipari

Virskārtai:

sakults sviests

rīvmaize

Gatavošana:

Līdakai notīra zvīņas, to nomazgā, galvu un asti atstāj. Ieberzē ar sāli gan no ārpuses, gan iekšpusēs. Atstāj uz 1 stundu. Rīsus vāra sālsūdenī, nolej sietā. Sasmalcina olas, pievieno rīsiem un nedaudz krējumu. Pēc garšas pievieno garšvielas. Ar gatavo masu pilda līdaku. Līdaku no abām pusēm ieziež ar sviestu un apkaisa ar rīvmaizi. Cep augstā temperatūrā, līdz zivs paliek viegli brūna, samazina karstumu, pannā ielej nedaudz ūdens un pievieno nedaudz krējuma. Kad līdaka ir zeltaini brūna, spuras var viegli noraut, tas nozīmē, ka līdaka ir gatava.

Gatavošanas laiks:

2 stundas



Buljonā vārīts līnis

Sastāvdaļas:

250 g līņu,

1 burkāns,

1 sīpols,

1 TK 9 % etiķa,

sāls,

melnie pipari,

smaržīgie pipari,

garšvielas,

buljona kubiņš,

zaļumi.

Gatavošana:

Notīrītu, nomazgātu līni apslaka ar etiķi, tad vāra ūdenī, kam pievienots sāls, etiķis, buljona kubiņš, sasmalcināts burkāns, sīpols un garšvielas, līdz tas gatavs. Gatavo līni pārkaisa ar sasmalcinātiem zaļumiem, klāt pasniedz kartupeļu biezputru, krējuma, olu vai mārrutku mērci, svaigus dārzeņus.



Līnis barbekjū

Sastāvdaļas:

līnis

vegeta

dilles

ass siers

majonēze

paprika

Gatavošana:

Bārbekjū taisīju – līni iztīra, uzliek uz follijas, uzkaisa vegetu, dilles, pāri like kādu no asajiem sieriem, majonēzi un smalki sakapātu paprika. Visu saspiež kopā, ietin folijā un cep uz barberkjū.



Līnis vīramātes gaumē

Sastāvdaļas:

līnis

sāls

skābs krējums

dilles

Gatavošana:

Līni noberzēt ar sāli un patīrīt zvīņas (tiem, kam negaršo dūņu garša) vai vienkārši nomazgāt (tiem, kam nav pretenziju pret dūņu garšu). Sagriež gabalos, apsāla un nedaudz cep karstā eļļā. Līni liek kopā ar krējumu un dillēm mikrenē sautēties apm 1 stundu. Garšo ideāli. Tikai asakas daudz. Ja gribi dot mazam bērnam, tad jāmaļ kotletēs, jo izlasīt ir neiespējami.

* ar laiku var variēt - var apacept vairāk un sautēt mazāk, galvenais tās dilles.



Noras zandarta fileja ar sarkanajām bietēm

Sastāvdaļas:

(4 personām)

4 nelielas sarkanās bietes, notīrītas un sagrieztas sīkos salmiņos

6 limetes citroni – izgrieztas “filejas”, savācot iztekošo sulu

1 ķiploks, sagriezts plānās šķēlītēs

600 g zandarta fileja

lociņi, sīki sagriezti

olīveļļa

sāls un pipari

cukurs

timiāna zariņi (pēc vēlēšanās)

Gatavošana:

1. Cepeškrāsnī uzkarstē līdz 180 grādiem. Sagatavo bietes, ķiplokus, limetes, liek uz alumīnija folijas. Pievieno limetes sulu, nedaudz piparus, cukuru, sāli un vienu šļuku olīveļļas. Foliju cieši aizloka, liek cepeškrāsnī un cep nepilnu stundu.

2. Zandartu apsāla un iepiparo, pēc vēlēšanās pieliek timiāna lapiņas. Cep karstā olīveļļā uz pannas. Filejas liek uz iepriekš sasildītiem šķīvjiem, apkārt kārto bietes, pārkaisa ar sakapātiem lociņiem.

Gatavošanas laiks:

~ 1 stunda



Forele ar tomātiem

Sastāvs:

1 kg svaigas foreles
1 bundža tomātus bez mizas
2 daiviņas ķiploka
Svaigs baziliks
Sāls, pipari

Pagatavošana:

Sakapā ķiploku un baziliku un sajauc ar nomizotiem tomātiem. Apkaisa ar sāli un pipariem. Zivi liek uz cepamās plāts ar ādu uz leju. Apber ar sagatavoto maisījumu, izmantojot ēdamkaroti. Cep aptuveni 25 minūtes 200oC temperatūrā.

Pasniedz ar kartupeļiem un grieķu salātiem.



Vienkārši cepta zivs

Sastāvdaļas:

zivs fileja
sāls
citronpipari vai zivs garšvielas
ķiploks
citrona sula
siers

Gatavošana:

Fileju liek uz mazliet ieeļļotas cepešpanas, pa virsu garšvielas (sāls +citronpipari, vai zivju garšvielu), mazliet sīki sasmalcināta ķiploka, pārslaka ar citrona sulu. Pa virsu var likt siera šķēlīti. Cep kamēr gatavs. Pasniedz ar rīsiem.



Mazsālīta zivs(lasis, zandarts, forele, ālants u.c.)

Zivi iztīra, notīra un sadala gabalos. Tad liek kārtām stikla traukā, katru kārtu apberot ar sāls un cukura maisījumu(proporcija:2daļas sāls un 1daļa cukura). Kad stikla trauks pilns to pārklāj ar pārtikas plēvi un liek virsū kādu smagumu. To visu atstāj istabas temperatūrā uz 12stundām. Pēc tam liek ledusskapī un lieto pēc vēlēšanās. Liekot uz sviestmaizēm zivij var pievienot piparus, sīpolus, citronu...kas nu kuram garšo. Šo procedūru var paveikt arī pie ūdens. Jāpaņem līdz tikai cukurs, sāls, stikla trauks(der arī cits, protams), pārtikas plēve un labs nazis ar ko sadalīt zivi. Dabā nostāvēties zivi liek ēnā.



Zivju zupa ar ķiploku

200g asaru,
100g kartupeļu,
1 burkāns,
1/2 selerijas,
1 sīpols,
50g tomātu,
3-4 sēnes,
zaļumi,
tomātu biezenis,
sviests,
sāls,
pipari,
krējums.

Zivis notīra, nomazgā. No galvām vāra buljonu, izkāš. Buljonā liek no asakām atdalītas zivis, sēnes, kartupeļus un vāra, līdz kartupeļi mīksti. Pieliek sviestā apceptus dārzeņus, tomātu biezeni, tomātu šķēles uzvāra, pieliek krējumu. Pieber piparus un ļauj zupai 10 minūtes piesātināties. Katrā šķīvī liek sarīvētu ķiploku un zaļumus.



Krāsni cepts zandarts (menca)

1kg zandarta,
sāls,
pipari,
50g sarīvēta siera,
rīvmaize,
2 ēdamkarotes eļļas.

Mērcei:
1 1/2 glāzes krējuma,
4 olu dzeltenumi,
mazliet etiķa,
sāls,
muskatrieksti,
100g sviesta.

Veidnē liek porciju gabalos sagrieztu zivi, pārlej ar mērci, ko pagatavo no dotajiem produktiem, pārkaisa a sieru, rīvmaizi, pārlaista ar eļļu. Cep cepeškrāsnī apmēram 30 minūtes.



Kartupeļu salāti ar zivi

6-8 vārīti kartupeļi,
200g žāvētu, vārītu vai ceptu zivju,
2 tomāti vai skābēti gurķi,
100g loku vai salātu,
1 glāze majonēzes,
dilles.

Kartupeļus nomizo, sagriež kubiņos. Vārītas vai ceptas zivis sagriež gabaliņos. Produktus sakārto traukā, pārlej ar mērci un izrotā ar zaļumiem



Ar šprotēm pildītas olas

1 kārba konservētu šprotu,
6 olas,
100g majonēzes,
50g lociņu,
sāls,
1 citrona sula.

Vārītas olas pārgriež uz pusēm un rūpīgi izņem dzeltenumu. Šprotes vai šprotu pastēti izberž caur rupju sietu kopā ar dzeltenumiem. Sagatavotajai masai pievieno citrona sulu un konservu eļļu vai majonēzi un visu izmaisa. Ar šo masu pilda olas baltuma pusītes, pārlej ar majonēzi un rotā ar sīki sagriežtiem lociņiem. Lai olu pusītes būtu stabilākas, tām var nedaudz nogriezt apakšas.



Karpas fileja

1kg karpu,
3 olas,
3 ēdamkarotes skāba krējuma,
gabaliņš sasmalcināta speķa,
sviests,
sāls,
pipari,
rīvmaize.

Notīrītas karpas smalki sakapā, pieliek speķi, olas, sviestu, krējumu, sāli, piparus, rīvmaizi un samīca. Izveido kukulīti, virsū iespiež gareni sagrieztus speķa gabaliņus, apkaisa ar rīvmaizi, liek uz plātes un cep krāsnī, aplaistot ar sviestu.

Gatavu pasniedz ar mērci, kura pagatavota no skāba krējuma, un lapu salātiem. Tāpat var gatavot līdaku un zandartu.



Krāsni cepta zivs ar sieru

Sastāvdaļas:

1. 400g zivs filejas bez asakām un ādiņas(bute,zandarts)
2. 1 tēj.k.sāls
3. ¼tēj.k.balto piparu
4. 150g caurauguša speķa
5. 2 baltmaizes šķēles
6. rīvētas citrona miziņas
7. 1 saišķītis pētersīļu
8. 80g rīvēta siera
9. 50g margarīna Eve vai sviesta

Pagatavošana: 30 min.

Zivis apkaisa ar sāli un pipariem.Liek cepamā traukā.Speķi sagriež plānās šķēlītēs un pannā bez taukiem nedaudz apbrūnina.Noceļ pannu no plīts.Pievieno sadrupinātu baltmaizi,rīvētu citrona miziņu un sasmalcinātus pētersīļus. Maisījumu nedaudz atdzesē.Tad pievieno rīvētu sieru.Zivs filejas pārklāj ar speķa un siera maisījumu.Virsū liek nelielas sviesta piciņas.Cep cepeškrāsni 225 C apm.15-20 min.

Pasniedz ar salātiem un kartupeļu biezeni.Rotā ar citrona šķēlītēm.



Karpa - superņammīgā :)

Sastāvdaļas:

1. Liela karpa
2. sāls
3. majonēze
4. ķiploki

Pagatavošana:

Karpai notīra zvīņas un iztīra iekšas. No iekšpuses un ārpusē ierīvē ar sāli. Daudz daudz ķiploku izspiež un ar to arī ierīvē kā karpas iekšpusi, tā ārpusi. Tad karpu bagātīgi ieziež ar majonēzi (hmm.. arī no iekšpuses un ārpusē). Cep cepeškrāsni.

Super ñammīga zivtiņa sanāk 😊



Cepta zivs folijā uz ugunsкура

Sastāvdaļas:

1. Svaiga iztīrīta zivs(jebkura lieluma,cik nu atļauj ugunskurs un zvejnieka veiksmē)
2. Ķiploki
3. Sīpoli(var arī lokus)
4. majonēze(asāka)
5. sāls
6. pipari

Pagatavošana: 40 min.

Zivi ieziež ar sāli,pipariem.

Zivs vēderā saliek 3-4 ķiplokus,sīpolu lokus vai ripiņas.

Piepilda ar majonēzi vēdera masu un saziež no ārpuses zivi.

Apkārt satin ar foliju,labāk vairākās kārtās,lai neiztek cepjot.

Cepj tāpat kā šašliku uz oglēm,bet dabā-uz ugunsкура.Ilgums ļoti atkarīgs no zivs lieluma,tomēr nebaidaties-nepiedēgs,ja pārcepj.Kad nogatavojas?To var noteikt pēc svāra-izcepjoties paliek vieglāka.

Pasniedz kaut vai ar maizi....



Alus mīklā cepta zivs

Sastāvdaļas:

1. Zivis (kādas ir)
2. pēc vajadzības gaišais alus
3. eļļa
4. olas
5. pusrupjie milti
6. sāls
7. citrons

Pagatavošana:

Zivis pēc vajadzības sadalām porcijās, nosusinām, alū iekuļam olu dzeltenumus, pēc garšas pieliekam sāli un pakāpeniski iekuļam miltus, līdz iznāk gluda mīkla. Tad pievienojam stingri uzputotu olas baltumu. Šajā mīklā mērcējam zivs porcijas un sakarsētā eļļā cepam brūnas. Katrai porcijai uzliekam citrona šķēlīti.



Ruduļi pikantā mērcē

Sastāvdaļas:

Ruduļi - 8gb(ap 200gr katrs)

Baltvīns - 200g

Ūdens - 300g

Burkāni - 50g

Zaļumi(pētersīļi, selerija, puravi) - pa 15g

Lauru lapa - 1gb

Melnie pipari - 5gb

Krustnagliņas - 2gb

Koriandrs - 2graudiņi

Sāls

Visas minētās garšvielas vāra ūdenī, apmēram 20minūtes. Tad pievieno notīrītus ruduļus. Vēlreiz uzvāra un atstāj tos karstajā buljonā vēl uz 20min. Pasniedz uzsildītā traukā, aplejot ar mērci un dekorējot ar citrona un apelsīna šķēlītēm.

Mērcēi: 200g olīveļļas, 20g bazilika, 5g estragona, 5g purava, 5g kindzas, ķiploka daiviņas, citrona sulas, 10g sāls un pipari pēc garšas. Aizdaram vēlams izmantot kraukšķīgi apceptus kartupeļus, kas bagātīgi apkaisīti ar pētersīļiem.



Zivis zemnieku gaumē

Sastāvdaļas:

Zivis - 700gr

Krējums - 100gr

Rīvmaize - 60gr

Olas - 2gb

Sviets - 40gr

Sāls

Pagatavošana:

Notīrītām zivīm(ar ādu) izņem mugurkaula asaku, ar āmurīti mazliet padauza un apsāla. Tad liek krējumā un patur 10-15minūtes, apviļā sakultās olās un rīvmaizē. Cep sviestā, kamēr gatavas.



Līdaka horvātu gaumē

Sastāvdaļas:

Līdaka (apm. 800gr)

Kartupeļi - 1kg

Speķis - 100gr

Malti sarkanie un melnie pipari, zivju buljons, sāls, pētersīļi.

Pagatavošana:

Līdaku notīra, atdala asakas. No galvas un asakām vāra buljonu, pievienojot garšvielas. Kartupeļus sagriež salmiņos un apsāla. Dziļāku cepešpannu ieziež ar sviestu, liek pusī no kartupeļiem, apkaisa ar pētersīļiem, sarkanajiem un melnajiem pipariem. Virsū liek zivi, pievieno atlikušos kartupeļus, uzreiz apkaisa ar sāli un pipariem. Pievieno kubiņos sagrieztu un atsevišķā pannā apceptu speķi. Pārlej ar buljonu. Cep cepeškrāsnī, kamēr kartupeļi kļūst zeltaini.



Vēdzeles gulašs

Sastāvdaļas:

Vēdzele (apm. 1,0kg)

Eļļa - 50-100gr

Sīpoli - 3-4gb

Krējums - 1ēdamkarote

Tomātu biezenis - 2ēdamkarotes

Lauru lapas - 1-2gb

Sāls, pipari, drusciņ milti

Pagatavošana:

Vēdzelei novelk ādu un sadala filejas gabaliņos, tos apcep eļļā ar smalki sagrieztiem sīpoliem. Pielej nedaudz ūdeni, pievieno tomātu biezeni, krējumu, lauru lapas, piparus, sāli un nedaudz miltus. To visu sautē 20-30minūtes. Sanāk uz 3-4personām.



Sautēta vēdzele ar sēnēm un gurķiem (Lietuviešu virtuve)

Sastāvdaļas:

Vēdzeles - 2gb

Eļļa - 2ē.k.

Milti - 2ē.k.

Kaltētas sēnes - 8gb

Sīpoli - 3gb

Sālīts gurķis - 1gb

Zivju buljons - 1glāze

Sausais baltvīns - 1glāze

Kartupeļi - 6gb

Sāls, pipari, zaļumi - pēc garšas

Pagatavošana:

No vēdzeliņiem noņem ādu, iztīra iekšas, izņem aknas atbrīvo no tām žulti. Zivs mīkstumam sagriež porcijās, apkaisa ar sāli un pipariem, apvārta miltos un apcep eļļā līdz pusgatavībai. Kastroļa apakšu apkaisa ar apceptiem sīpoliem, uzliek virsū zivs gabalus, vēl pa virsu liek atkal sīpolus sajauktus ar novārītām kaltētām sēnēm, sīki sagrieztus salmiņos sālītu gurķi un vēdzeles aknas. Aplej ar buljonu, vīnu un uz mazas uguns sautē līdz gatavībai. Gatavu vēdzeli liek traukā, apkārt saliek sēnes, dārzeņus un aknas, aplej ar sulu(kurā tas sautējās), apkaisa ar sīki sakapātiem pētersīļiem. Par garnīru izmanto vārītus kartupeļus.



Cepts Zandarts Ļeņingradas gaumē

Sastāvdaļas:

Zandarts -800gr

Milti - 1ē.k.

Kausēts sviests - 4ē.k.

Sīpoli - 4gb

Sāls, pipari

Dilles un pētersīļi

Garnīram:

Kartupeļi - 10-12gb

Eļļa - 4ē.k.

Tomāti - 4gb

Sāls

Pagatavošana:

Zandartu sagriež gabalos, iezieš ar sāli un pipariem, apvārta miltos un cep no abām pusēm, līdz gatavs.

Sīpolus sagriež gredzenos, apkaisa ar miltiem un cep kausētā sviestā, kamēr paliek zeltaini, pēc tam saliek sīpolus sietiņā, lai notek sviests.

Gatavo zandartu liek uz šķīvja, garnīram liek klāt ceptus kartupeļus, apkaisa ar ceptiem sīpoliem un sakapātiem zaļumiem, izrotā ar daivinās sagrieztiem tomātiem.



Vēdzele sacepta ar kabačiem, krējuma mērcē

Sastāvdaļas:

Vēdzele - 150gr
Milti - 5-10gr
Kausēts sviests - 15gr
Sviests - 10gr
Kabači - 230gr
Siers - 3-5gr
Krējums - 150gr
Rīvmaize - 3gr
Pipari, sāls, zaļumi

Pagatavošana:

Kabačus notīra, sagriež, mazākos sagriež gredzenos, bet lielākos šķēlītēs, apkaisa ar sāli un cep sviestā. Porcijās sagrieztu zivi arī apkaisa ar sāli un pipariem, nopanē miltos un cep sviestā. Apcepto zivi pārliet uz cepeškrāsns pannas, uzber virsū sagrieztos, apceptos kabačus, aplej ar krējumu, apkaisa ar sieru, kas samaisīts ar rīvmaizi, pa virsu uzliek nedaudz sviesta un liek cepeškrāsnī. Pasniedz ar visu cepeškrāsns pannu. Šādā veidā var pagatavot arī mencu, zandartu, līdaku un samu.



Cepta vēdzele ar baklažāniem

Sastāvdaļas:

Vēdzele - 150gr
Milti - 15gr
Eļļa - 20gr
Baklažāni - 200gr
Tomātu mērce - 50gr
Ķiploki, pētersīļi, sāls un pipari - pēc garšas

Pagatavošana:

Baklažānus nomizo, sagriež gredzenos, apkaisa ar sāli, panē miltos un liek cept eļļā. Zivs porcijas gabalus apkaisa ar sāli un pipariem, nopanē miltos un cep eļļā. Vēlāk uz cepešpannas liek zivi, tai apkārt apceptos baklažānus, to visu aplej ar tomātu mērci, apkaisa ar zaļumiem un liek uz neilgu laiku cepeškrāsnī. Zaļumus iepriekš samaisa ar smakli sakapātiem ķiplokiem. Tādā veidā var pagatavot arī mencu, zandartu, līdaku, samu, paltusu un buti.



Zivju kotletes ar citronu

Sastāvdaļas:

Zivju fileja - 800gr
Sviests/eļļa - 100gr
Olas - 2gb
Rīvmaize - 100gr
Kausēts sviests - 120gr
Maize - 250gr
Citrons - 1/2 gb
Marinēti augļi
Kartupeļi

Pagatavošana:

Zivs fileju atdala no ādas un asakām, sadala 4gabalos, uz katra gabala pa vidu uzliek sviesta pikucīti ar kapātiem zaļumiem un citrona šķēli un gabalus satin desiņā. Katru satīto gabaliņu apmērcē olā un rīvmaizē. Liek cepties, cep lielā eļļas daudzumā. Pasniedz uz maizes šķēlēm, kas apceptas sviestā ar kartupeļiem, kas sagriezti salmiņos, marinētiem augļiem un citronu. Izdekorē ar zaļumiem.



Sautēts breksis ar mārrotkiem

Sastāvdaļas:

Breksis - 2gb
kviešu milti - 1ē.k.
Zivju buljons - 1glāze
Krējums - 1glāze
Rīvēti mārrotki - 1glāze
Kartupeļi - 8gb
Vīna etiķis - 1ē.k.
Lauru lapa
Sāls, pipari, zaļumi - pēc garšas

Pagatavošana:

Brekšus notīra un sadala gareniski un divām daļām, tad katru daļu sagriež porcijās. Cepešpannu noziež ar sviestu un tad liek virsū zivju porcija gabalus, bet tiem pa virsu liek rīvētus mārrotkus, pievieno lauru lapu, ielej daļu zivju buljona un sautē uz vidējas uguns zem vāka, vai bez vāka cepeškrāsnī. Miltus apcep eļļā līdz zeltītai nokrāsai, samaisa ar atlikušo zivju buljonu un ļauj uzvārīties, visu laiku vienmērīgi maisa ar koka karoti, pievieno krējumu, etiķi, sāli, nedaudz cukuru un ļauj uzvārīties vēlreiz. Ar iegūto mērci aplej zivs gabalus cepešpannā un sautē 3-4min. Kad zivs gatava, tad garnīram klāt liek vārītus kartupeļus, aplej ar mērci, kurā zivs gatavota un apkaisa ar zaļumiem.



Zivju teftēļi

Sastāvdaļas:

Zivs - 60gr
Baltmaize - 18gr
Olas - 1/4gb
Sviests - 4gr

Pagatavošana:

Noņem ādu no zivs filejas, izlaiž caur gaļas maļamo mašīnu kopā ar aukstā ūdenī izmērcētu baltmaizi, pievieno olas dzeltenumu un sviestu. Iegūto masu sakuļ ar mikseri, vai lāpstiņu, pēc tam izveido no tās bumbiņas, ieliek formā, aplej līdz pusei ar ūdeni un liel cepeškrāsnī uz 20-30min.



Mencas un baltmaizes sacepums

Sastāvdaļas:

Mencas fileja - 400gr
Milti - 2ē.k.
Eļļa - 2ē.k.
Baltmaizes klaips - 1/2
Olas - 2gb
Baltmaizes rīvmaize - 2ē.k.
Zaļumi, sāls, pipari - pēc garšas

Pagatavošana:

Mencas fileju apkaisa ar sāli, sagriež lielās šķēlēs, apvārta miltos un apcep karstā eļļā. Baltmaizi sagriež plānās šķēlēs, aplej ar pienu un ļauj uzbriest. Mencu un maizi liek kārtām formas traukā, kas iesmērēts ar eļļu un apkaisīts ar rīvmaizi, pa virsu uzlej sakultu olu, kas sajaukta ar miltiem. Liek karstā cepeškrāsnī, cep pusstundu. Gatavo sacepumu sagriež porcijās un liek šķīvī. Pasniedz ar svaigu dārzeņu salātiem un var apliet ar mērci.



Karpa alū

Karpa - 1gb, ap 1kg
Sviests - 50gr
Sīpoli - 2gb
Pētersīļi - 1-2pušķīši
Burkāni 2gb
Medus - 1tējkarote
Alus - 1/2 glāze
Sāls un citas garšvielas - pēc garšas

Pagatavošana:

Karpu sagirž vidējos gabalos, atdala pēc iespējas vairāk asaku. Ne pārāk dziļā katlīnā, kura malas ir iesmērētas ar sviestu, ieliek zivs gabalus, iepriekš sagrieztus dārzeņus, apkaisa ar garšvielām un pievieno medu, kas atšķaidīts ūdenī. Visu to aplej ar alu. To visu liek uz plīts un vāra. Vāra kamēr uzvārās, tad nogriež liesmu mazāku un vāra, kamēr zivs ir gatava. Gatavo zivi liek šķīvī, garnē ar vārītiem dārzeņiem(kartupeļi, burkāni), dekorē ar zaļumiem. Buljonu, kurā zivs tika vārīta, nokāš un izmanto kā mērci.



Krējumā sautēta karūsa

Sastāvdaļas:

Karūsas - 2kg
Sviests - 4ē.k.
Sīpols - 1gb
Smalki sagriezti pētersīļi - 1/2 glāze
Smalki sagriezti sīpolloki - 1/2 glāze
Krējums - 1glāze
Ūdens - 1/2 glāze
Lauru lapa - 1gb
Krustnagliņas - 1šķipsniņa
Rīvmaize - 100gr
Cukurs - 1ē.k.
Etiķis - 2ē.k.
Sāls un pipari - pēc garšas

Pagatavošana:

Karūsas notīra, nogriež galvas, noskalo, sagriež gabalos, apkaisa ar sāli un pipariem, apcep kopā ar sagrieztu sīpolu, apkaisa ar smalki sagrieztajiem zaļumiem, sautē zem vāka 2-3min, tad pievieno krējumu, lauru lapu, krustnagliņas un rīvmaizi. Sautē zem vāka 20minūtes. Atsevišķā traukā kausē cukuru, kamēr tas paliek brūns, tam pievieno etiķi un to sīrupu, kas sanāca, ielej katlīnā, kurā gatavojās zivs. Vēl nedaudz pasautē. Gatavos zivs gabalus liek šķīvī un aplej ar to mērci, kurā tā sautējās.



Zivs citronu mērcē

Sastāvdaļas:

Zivs(asaris) - 1gb

Citrons - 1gb

Ķiploks - 1daiviņa

Ūdens - 1-1,5l

Pipari, zaļumi, sāls - pēc garšas

Pagatavošana:

Vislabāk ņemt asari, bet der arī jebkura cita zivs. Zivi notīra, izķidā un izgriež žaunas. Apkaisa ar sāli un pipariem un iespežo ar ķiploku, tad liek ledusskapī. Tālāk sīki sakapā zaļumu pušķi un ķiploku. Ņem dziļu pannu, noziež to ar sviestu un liek iekšā zivi, aplej to ar ūdeni un liek uz nelielas uguns. Kā tikai zivs sākt lipt pie pannas, tā zivi apgriež uz otru pusi, paņem citronu un izspiež to buljonā, kurā gatavojās zivs un gatavvo, kamēr zivs būs gatava. Pirms zivi noņem no uguns, pievieno kapātos zaļumus un ķiploku. Uz zivs dekorācijas nolūkos liek citrona šķēles un pasniedz traukā, kurā zivs gatavojās, pie tam karstu. Garnīram var likt klāt vārītus rīsus.



Vēdzeles sacepums ar kabačiem

Sastāvdaļas:

Vēdzeles fileja - 300gr

Milti - 2 tējkarotes

Sviests - 40gr

Saldais krējums - 20gr

Kabači - 0,5kg

Krējuma mērce - 300gr

Rīvēts siers, rīvmaize

Sāls, pipari, zaļumi

Pagatavošana:

Notīra kabačus, sagriež šķēlēs, apsāla un sacep sviestā. Zivs fileju sagriež porcijās, ierīvē ar sāli un pipariem, apvārta miltos un apacep sviestā. Tad gabalus pārliet dziļā pannā, pārklāj ar kabačiem, pārlej ar krējuma mērci, apber ar rīvēto sieru un rīvmaizi, uzšļaksta nedaudz saldā krējuma un liek cepeškrāsnī. Pirms pasniegšanas apkaisa ar zaļumiem.



Cepta zivs tomātu-riekstu mērcē

Sastāvdaļas:

Zivs - 500gr

Milti

Tomātu pasta - 1/2glāze

Kausēts sviests - 2-3ē.k.

Valrieksti(attīrīti) - 3/4glāzes

Vīna etiķis - pēc garšas

Pākstiņpipari(zaļie un sarkanie) - pēc garšas

Ķiploki - pēc garšas

Koriandra(kinzas) zaļumi - pēc garšas

Imeretija safrāns un sāls - pēc garšas

Pagatavošana:

Notīra zivi un sagriež gabalos. Gabalus apviļā miltos un apacep karsētā sviestā. Ceptu zivi aplej ar tomātu pastu, atļauj uzvārties, pievieno riekstu mērci, pakarsē 2-3min, tad noņem no uguns, pārļiek traukā un apkaisa ar sīki sagriežtiem pētersīļiem.

Riestu mērces pagatavošana:

Sasmalcina valriekstus, pievieno pākstiņpiparus, ķiploku, koriandra zaļumus, imeretija safrānu, sāli un atšķaida vārtā atdzesētā ūdenī, kurā ir pievienots vīna etiķis.



Cepta zivs mīklā

Sastāvdaļas:

Zivs fileja - 500gr

Milti - 5ē.k.

Eļļa - 3ē.k.

Citrons - 1/2gb

Tauki - 100gr

Pagatavošana:

Pagatavot mīklu - traukā samaisīt miltus un sāli ar divām ēdamkarotēm eļļas un atšķaidīt ar siltu ūdeni tā, lai nebūtu kunkuļu. Trauku apklāj un ļauj mīklai pastāvēt. Zivs fileju sagriež gabalos 5-7cm, apkaisa ar zaļumiem, sāli, pipariem un uzspiež zivs gabaliņiem citrona sulu no puscitrona.. Vēl pievieno nedaudz eļļas, samaisa tos gabaliņus un atstāj tādā marinādē uz 15-20minūtēm. Kaltiņā vāra taukus(der arī eļļa un sviests) un tad zivs gabalus mērcē mīklā un met karstajos taukos. Gatavo zivi saliek piramīdā uz silta trauka, par garnīru liek zaļos salātus un vārtus kartupeļus ar sviestu.



Zivju zupa-biezenis

Sastāvdaļas:

Saldūdens zivis - 800gr

Grūbas - 150gr

Sāls - pēc garšas

Zaļumi - pēc garšas

Pagatavošana:

Notīra zivis, atdala fileju, bet no galvām, spurām un astēm novāra zivju buljonu. Buljonu izlaiž caur marli, tad tajā novāra grūbas, līdz paliek mīkstas. Tad buljonu nolej citā katliņā, tā - lai buljons atkal būtu atsevišķi, bet vārītās grūbas atsevišķi. Atsevišķi novāra zivs filejas. Tad liek zivju buljonā gatavās grūbas un gatavās zivs filejas un dažas minūtes pasilda uz mazas uguns, bet nevajag vārīt. Gatavo biezeni-zupu lej šķīvjos, apkaisa ar sagriežtiem zaļumiem un pasniedz galdā.



Garneļu un laša kroketes

Sastāvdaļas:

100g.laša filejas

100gr.garnelu

50gr.baltmaizes

150gr.saldā krejuma

3 olas

60gr.miltu

40gr.alus

0,5l eļļas

Pagatavošana:

Lasi un maizi sagriež kubiņos(pēc iespējas mazākos).Olas sakuļ ar saldo krējumu, alu, sāli un miltiem.Pievieno garneles, sagriezto lasi un maizi un nedaudz piespiež citrona sulu(garšai). Visu samaisa. Katliņā uzkaršē eļļu un ar karoti tajā liek iegūto masu. Vāra, līdz kroketes ir zeltaini brūnas. Mērce-Pannā uzvāra saldo krejumu,pieliek sāli un rozā piparus.Visu vāra, līdz mērce sabiezē. Pasniedz ar rīsu makaroniem.



Podiņš ar foreli

Sastāvs:

2 kartupeļi
1 neliels sīpols
150 g forele
80 ml salds krējums
½ tējkarote ķimenes

Pagatavošana:

Keramikas sautējamajā podiņā saliek salmiņos sagrieztus kartupeļus, gabaliņos sagrieztu sīpolu, foreles gabaliņus. Pārlej krējumu un pārkaisa ķimenes. Uzliek vāciņu un sautē sakarsetā cepeškrāsnī 180°C 30 minūtes



Pangasija fileja ar karija mērci un dārzeņu piedevām

Sastāvs:

1 gabals pangasiusa filejas
1 ola
rīvmaize
Garšviela "Čurkstošā forele"
Spilvas karija mērce
Olīveļļa cepšanai
2 tomāti
200 g svaigs kāposts
½ tējk. Ķimeņu
Šķipsna sāls
Šķipsna cukura
2 burkāni
4 kartupeļi
1 glāze piens
Šķipsna sāls

Pagatavošana:

- 1) Pangasiusa fileju pie mums pārdod saldētu un tā jāatļaidina.
- 2) Sagatavojam kāpostu salātus: kāpostu sarīvē, sajauc ar sāli, cukuru, ķimenēm, sastampā, pārklāj ar tomātu ripiņām un noliek vēsumā
- 3) Notīra un vāra burkānus un kartupeļus sālsūdenī mīkstus biežputrai. Sastampā. Uzvāra pienu. Pievieno masai un Saputo biežputru.
- 4) Pārgriež zivs fileju, panē olā, garšvielā un rīvmaizē un cep no abām pusēm zeltaini brūnu sakarsētā eļļā. Zivs izcepas dažās minūtēs.
- 5) Zivij uzlej nedaudz karija mērces.
- 6) Kārto porciju traukos. Iznāk 2 porcijas.



Zeltainie foreles gabaliņi

Sastāvs:

200 g forele
1 ola
šķipsna paprikas pulvera
rīvmaize
eļļa cepšanai
100 g Ķīnas kāposts
1 sauja dzērvenes
Spilvas balzamiko mērce

Pagatavošana:

Sagriez foreli gabaliņos. Sakuļ olu ar paprikas pulveri. Katliņā sakarsē eļļu. Foreli panē olā un rīvmaizē un cep no visām pusēm eļļā. Lieko eļļu notecina. Sagriez Ķīnas kāpostu un sajauc ar dzērvenēm un Balzamiko mērci pēc vajadzības. Servē.



Tvaicēta forele ar dārzeņiem

Sastāvs:

300 g. svaigas foreles gabals,
200 g zaļie zirnīši un
250 g burkāni sagriezti kubiņos
(vai arī 450 g saldēts šo dārzeņu maisījums)
zivju garšviela
skābs krējums
Nepieciešams 2-daļīgs tvaicējamais katls.

Pagatavošana:

Tvaicējamā katla apakšdaļā ielej 1 litru ūdens un ieber šķipsnu garšvielu. Augšdaļā ieber dārzeņus (saldētos atkausēt nevajag) un saliek gabaliņos sagrieztu zivi. Uzber šķipsnu garšvielu un uzliek vāku. Vispirms vāra uz straujas uguns, kamēr sāk varīties. Tad 25 minūtes sautē uz mazas uguns. Pasniedz ar skābu krējumu.

(2 porcijas)

Katla apakšdaļā izveidojas garšīgs zivju buljons, kuru var pasniegt ar grauzdiņiem vai grauzdētām siermaizītēm. (2 porcijas).



Follijā grillēta forele

Sastāvdaļas:

Forele - 1,5kg
Citrons - 1gb
Skābs krējums - 200gr
Medus - 1ē.k.
Sinepes - 1/2ē.k.
Sāls, pipari - pēc garšas
Eļļa - 1tējkarote

Pagatavošana:

Foreli notīra, izņem iekšas, nomazgā un nosusina. No citrona izspiež sulu, samaisa ar medu, sinepēm, krējumu, sāli, pipariem un ar maisījumu noziež foreli no iekšpuses un ārpuses. Ar eļļu ieziestā follijā ietin zivi un cep uz grila katru pusi 20min.



Līdaka majonēze

Sastāvdaļas:

Līdaka - 1,5kg
Burkāni - 2gb
Sviests - 50gr
Ķiploks - 2daiviņas
Melnie pipari - 2graudiņi
Ķiploku sāls, sāls - pēc garšas
Lauru lapa - 1gb
Timiāns - nedaudz
Majonēze - 200gr

Pagatavošana:

Līdaku notīra, nomazgā, filē un sagriež nelielos gabaliņos. Burkānus notīra, un sarīvē uz rupjās rīves. Ķiplokus sasmalcina. Sakarsētā pannā liek sviestu, izkausē un cep burkānus un ķiplokus. Kad tie kļuvuši zeltaini, pieliek zivi un strauji apcep brūnu. Pievieno piparus, timiānu, ķiploku sāli, lauru lapu, sāli un uz mazas uguns sautē 10min. Tad pārlej ar majonēzi, uzliek pannai vāku un ļauj ievilkties 5min.



Kūpināta zivs ar kartupeļu biezeni

Sastāvdaļas:

Karsti kūpināta zivs - 1gb
Kartupeļi - 1kg
Sīpoli - 2gb
Olīveļļa - cepšanai
Saldais krējums - 200ml
Majonēze - 150ml
Citronpipari, sāls - pēc garšas

Pagatavošana:

Zivi sagriež porcijās. Sīpolus notīra, sagriež un apcep olīveļļā zeltainus, liek uz sieta, lai eļļa notek. Kartupeļus notīra, sagriež, liek katlā, ieber šķipsniņu sāls un vāra mīkstus. Nokāš, pievieno sīpolus un saldo krējumu, sakuļ blenderī līdz viendabīgai masai. Atsevišķā traukā pasniedz ar citronpipariem sajuktu majonēzi. Kūpināto zivi uzsilda mikroviļņu krāsnī, pirms pasniegšanas pārkausa ar dillēm.



Līnis alus mērcē

Sastāvdaļas:

Līnis - 1,5kg
Milti - apviļāšanai
Sviests - 100gr
Gaišais alus - 1/2L
Mērcei:
Sviests - 1ē.k.
Milti - 1ē.k.
Muskatrieksti - tik, cik uz naža gala
Sāls un pipari - pēc garšas

Pagatavošana:

Līni notīra, filē un sagriež porciju gabalos. Zivi apviļā miltos un cep uz pannas sviestā brūnu. Sīpolu sagriež šķēlēs un pārļiek zivij. Uzkaisa zivju garšvielas, pārlej alu, lai apsedz visu, un sautē uz mazas uguns piecas minūtes. Tad zivi izņem un kārtu dziļā traukā. Šķidrumu ieļej krūzē. Uz pannas izkausē sviestu, apbrūnina miltus un maisot lēnām lej klāt atlikto šķidrumu. Mērcei pieber muskatriekstu, sāli, piparus un pavāra 3minūtes. Pārlej mērci līnim, uzliek traukam vāku un ļauj dažas minūtes ievilkties. Pasniedz ar vārītiem kartupeļiem un svaigiem dārzeņu salātiem.



Zivju pankūkas

Sastāvdaļas:

Mencas fileja - 500gr
Ķiploki - 1 daiviņa
Melnie pipari - drusku
Sāls - pēc garšas
Piens - 1 glāze
Milti - 1/2 glāze
Olas - 2gb
Sīpoli - 1gb
Sagrieztas dilles - 1ē.k.
Tomāti - 3gb(bez mizas)
Olīveļļa - cepšanai
Mērcei:
Krējums - 200gr
Citronpipari - 1/2tējkarote
Aromātiskā sāls - 1/2 tējkarote

Pagatavošana: Mencu 10minūtes vāra ūdenī, kam pievienots sāls, pipari un ķiploks. No olām, sāls, pipariem, piena un miltiem veido pankūku mīklu. Mencu izņem no ūdens, notecina, sasmalcina un liek mīklā. Smalki sagriež sīpolus, tomātus, dilles un arī pievieno mīklai. Visu samaisa, veido nelielas pankūciņas un cep sakarsētā eļļā gatavas. Mērcei sajauc krējumu ar citronpipariem un aromātisko sāli. Zivju pankūkas pasniedz siltas.



Pikantais lasis baltvīnā

Sastāvdaļas:

Svaiga laša fileja - 1kg
Sīpoli - 2gb
Ķiploki - 1galviņa
Citronpipari un sāls - pēc garšas
Muskatrieksts, melnie pipari - uz naža asmens
Baltais sausais vīns - 250ml
Olīveļļa - cepšanai
Milti - 1ē.k.
Ūdnes -nedaudz(tumēšanai)

Pagatavošana:

Lasi notīra, filē un sagriež nelielos gabaliņos. Sīpolus un ķiplokus sasmalcina, liek dziļā pannā sakarsētā eļļā un apcep. Tad pievieno lasi, garšvielas un arī apcep. Pārlej vīnu un sautē uz mazas uguns apmēram piecas minūtes. Nokāš šķidrumu, uzkarsē un uztumē. Pikanto lasi pasniedz siltu ar vārītiem kartupeļiem pārlietu mērci.



Vēdzele paprikas lečo

Sastāvdaļas:

Vēdzele - 1,5kg
Olas - 2gb
Sīpoli - 2gb
Kabači - 500gr
Olīveļļa - cepšanai
Paprikas lečo - 800gr
Dārzeņu garšviela, melnie pipari, rīvmaize

Pagatavošana:

Vēdzeli iztīra, nomazgā, filē sagriež porciju gabalos, apviļā rīvmaizē, olā un cep. Sīpolus notīra, kabaci nomizo, sagriež nelielos gabalos un apcep zeltainus. Saceptos sīpolus un kabaci pārliet zivij, pārlej paprikas lečo. Pieber garšvielas un piparus, aizvākotā pannā sautē piecas minūtes.



Cepta menca

(Var izmantot arī vēdzeli, zandartu u.c.)

Sastāvdaļas:

Menca(fileja) - 500gr
Sīpoli - 2gb
Augu eļļa - 3ēdamkarotes
Pētersīļi, dilles - pēc garšas
Malti melnie pipari, sāls - pēc garšas

Pagatavošana:

Zivs fileju sagriež mazos gabalos, apkaisa ar sāli un pipariem. Sīpolus sagriež smalki un sacep augu eļļā, vēlāk tur pievieno sagriezto zivs fileju un cep, kamēr zivs gatava. Pasniedz ar ceptiem kartupeļiem un apkaisa ar zaļumiem.



Asaru ruletes

Sastāvdaļas:

Asari - 4gb palieli
Garšvielas zivīm - 1tējkarote
Siers "Dzintars" - 1tējkarote
Dilles sagrieztas - 1ēdamkarote
Koriandrs, sāls - pēc garšas
Puravs - 4strēmeliņas
Olīveļļa - 1tējkarote
Krējums - 150ml
Piedevas ceptām zivīm - 1/2 tējkarote

Pagatavošana:

Asarus notīra, nomazgā, filē un nosusina. Vienam asaru filejas gabaliņam uzkausa zivs garšvielu, uzliek sieru, uzber dilles, virsū liek otru pusīti filejas, uzkausa koriandru un sāli. Puravu sagriež strēmeliņās, uzliek uz asara, uzber sāli, sarullē un cieši ietin ar eļļu ieziestā folijā. Sagatavotās ruletiņas liek uz plāts un cep 200C karstā cepeškrāsnī 20minūtes. Var cept uz grila. Pasniedz ar krējumu, kas sajaukts ar zivs garšvielām.



Kūpināts līnis

Sastāvdaļas:

Līnis - cik ir
Garšvielas - pēc garšas

Pagatavošana:

Ar sāli notīra gļotas zivij. Zivi noslauka, apber ar garšvielām un ļauj vismaz 5stundas ievilkties. Tad liek uz pāris stundām kūpinātavā.



Krējumā sutināts līnis

Sastāvdaļas:

Līnis - cik ir

Sarkanā un dzeltenā paprika - pēc vēlmes

Sīpoli, sāls - pēc garšas

Salds krējums - 100-200ml

Pagatavošana:

Līnim ar sāli notīra gļotas, zivi sadala gabalos un apcep uz pannas, nedaudz uzkaisa sāli cepjot. Vēlāk liek sutināmajā traukā. Uz tās pašas pannas apcep sagrieztu papriku un sīpolus, uzlej saldo krējumu. Kad krējums sāk burbuļot, tad pannas saturu pārlej traukā pie apceptajām zivīm un liek cepeškrāsnī, kamēr paliek gatavs.



Ceptas vīķes

Sastāvdaļas:

Svaigas vīķes - cik ir

Pipari, sāls, milti - pēc garšas

Zivju garšviela, vai universālā garšviela(piemēram, vegeta) - pēc garšas

Eļļa

Pagatavošana:

Zivis notīra, noskalo. Miltus sajauc ar sāli un pipariem. Pannā uzkaršē eļļu un tad zivis apviļā tajā miltu maisījumā un liek uz pannas. Kad zivis jau gandrīz gatavas, tām uzkaisa nedaudz garšvielas. Var arī zaļumus, ja ir. ja zivju ir daudz un visas netiek noēstas vienā reizē, tad ceptas vīķes var taisīt tomātu mērcē, tāpat kā reņģes, un ielikt ledusskapī.



Karūsa tomātu mērcē

Sastāvdaļas:

Karūsa - 600gr

Burkāni - 40gr

Sīpoli - 40gr

Sēnes - 120gr

Kartupeļi - 600gr

Mērce - 300gr

Citronu sula - 1ē.k.

Zaļumi - pēc garšas

Pagatavošana:

Karūsu sagriež filejas gabalos, tos apcep pannā. Gatavo zivi liek uz šķīvja, sānos zivij liek vārītus kartupeļus, bet zivs gabaliņus apsedz ar vārītām sēnēm. Pēc tam visu aplej ar tomātu mērci, citronu sulu un apkaisa ar zaļumiem.



Sacepta zivs rulete

Sastāvdaļas:

Zivs fileja - 700gr
Baltmaize - 50gr
Piens - 1 glāze
Sīpoli - 1-2gb
Tauki - 20gr
Mannas putraimi - 20gr
Olas - 1gb
Rīvmaize panēšanai - 30-40gr
Krējums - 3/4no glāzes
Margarīns, sāls, melnie pipari

Pagatavošana:

Iemērc baltmaizi pienā un izspiež. Sīpolus sīki sakapā un apcep taukos. Zivs fileju, baltmaizi un sīpolus izlaiž caur gaļas maļamo mašīnu 2reizes, pievieno olu, mannas miltus, 3-4ē.k piena, sāli, piparus un samaisa visu viendabīgā masā (faršā). No šīs masas izveido ruleti, apviļā to rīvmaizē un liek uz iesmērētas ar margarīnu paplātes. Aplej ruleti ar taukiem un liek sasildītā cepeškrāsnī uz vidēju karstumu un cep 40min, ik pa laikam aplaista ar to mērcīti, kas pati veidojās paplātē. Cepšanas nobeigumā ruleti iesmērē ar nedaudz sālītu krējumu un ļauj izveidoties apceptai kārtīgai. Ruleti izliek ovālā traukā, sagriež 1cm biezās šķēlēs, aplej ar mērci, kas izveidojusies paplātē, izdekorē ar zaļumiem un vārītu olu. Šādu ruleti var pagatavot arī follijā un lpsniegt atdzesētu.



Kaltētas, vītinātas zivis (voblas)

Sastāvdaļas:

Svaigas zivis - cik ir

Sāls - pēc garšas

Pagatavošana:

Zivīm iztīra iekšas, bet zvīņas atstāj. Iztīrītās zivis noskalo. Paņem trauku tāda izmēra, lai lielākā zivs tur ietilptu pilnā garumā un traukam jābūt ar augstām malām. Trauka dibenu nokaisa ar rupjo sāli, liek iekšā kārtu ar zivīm, atkal uzkaisa sāli, tad liek nākamo kārtu ar zivīm, tad atkal uzkaisa sāli un tā, kamēr visas zivis ir traukā un apkaisītas ar sāli. Tad zivīm uzliek šķīvi vai kādu citu priekšmetu, kas lien traukā līdz ar malām un uzliek uz tā kādu smagumu, lai zivis piespiežās traukā. Šādā veidā zivis jātur vismaz diennakti. Jo lielākas zivis, jo ilgāk jānotur, bet vairāk par trim diennaktīm nav ieteicams. Vēlāk zivis izkarina tādā vietā, lai klāt tiktu saule un vējš, bet ieteicams zem kāda jumtiņa, lai lietus klāt netiek. Vai arī lietus laikā zivis ir jāapklāj ar kādu plēvi. Zivis tādā veidā tur, kamēr tās paliek gatavas. Mazākas zivis ātrāk nogatavojās, bet lielākas lenāk.

Ieteicams izmantot - raudas, pliņķus, asarus, brekšus, vimbas, lielas vīķes, ruduļus...

Nav ieteicams izmantot - karūsas, līņus un citas lielas un platas zivis.

Pasniedz tīrā veidā un kā uzskodu pie alus.



Zivs ar žāvētiem augļiem

Sastāvdaļas:

Lasis, vai cita trekna zivs - 1.5kg

Žāvētas melnās plūmes - 200gr

Žāvētas aprikozes - 200gr

Valrieksti - 200gr

Sīpoli - 1gb

Burkāni - 1gb

Majonēze - 200gr

Pagatavošana:

Laša fileju apkaisa ar sāli un ieliek dziļā pannā, kurā ieklāts divās kārtās follijs. Iemērc ūdenī žāvētos augļus un riekstus uz kādām 20-30minūtēm, vēlāk izņem no ūdens un sagriež nelielos gabaliņos. Notīra sīpolu, sagriež sīkos kubiņos un apcep eļļā kopā ar burānu, kas sarīvēts uz rupjas rīves. Pēc tam samaisa sīpolu un burkānu ar sagrieztajiem žāvētajiem augļiem un riekstiem un majonēzi un to visu liek virsū laša filejai. Pannu ieliek karstā cepeškrāsnī un gatavo 20-35minūtes. Zivi ar žāvētajiem augļiem pasniedz tieši uz follija.



Zivju gulašs

Sastāvdaļas:

Zivs fileja - 800gr

Sviests - 100gr

Sīpoli - 2gb

Tomātu pasta - 2ē.k.

Sinepes - 1tējkarote

Krējums - 2ē.k.

Zaļumi, malta paprika, sāls

Pagatavošana:

Sagriez fileju gabaliņos, apkaisa ar sāli un apacep sviestā. Pievieno sīki sagrieztus sīpolus, tomātu pastu, sāli, papriku, sinepes un pievieno nedaudz ūdeni. Sautē, kamēr zivs paliek mīksta un vēlāk pievieno krējumu.

Pasniedz apkaisītu ar sīki skapātiem zaļumiem.



Zivinena līdaku recepte

Sastāvdaļas:

Līdaka - 1gb
Pipari - pēc garšas
Spilvas brokastu majonēze - 5ē.k.(atkarīgs no līdakas lieluma)
Ķiploki - 2daiviņas
Dilles - pēc garšas
Siers - 50gr

Pagatavošana:

Pārgriež līdaku pa muguru uz pusēm, izņem iekšas iesāla un ar maļamo samaj nedaudz piparus dažādus (der arī veikala 5 piparu maisījums), atstāj uz dienu ievilkties. Tad, ja līdaka ir apmēram 1.5 kg liela, ņem spilvas brokastu majonēzi, apmēram 5 ēdamkarotes,,ar ķiplokspiedi izspiež 2 daivas ķiploku, pieliek smalki sagrieztas dilles(cik daudz gaumes jautājums), sarīvē 50 gr. sieru(parasti Holandes) To visu samaisa un vienmērīgi uzsmērē uz līdakas. Liek uz grila un cep kamēr majonēzes virskārta paliek nedaudz brūna. Sanāk ļoti sulīga un garda. Cepšanas ilgums apmēram 20-25 minūtes.





Zivju šašliks

Sastāvdaļas:

Lasis - 600gr (var izmantot arī stori, foreli uc)

Citronu sula - 3-4ē.k.

Vorčesteras mērce - 1-2tējkarote

Sāls, pipari, dilles - pēc garšas

Sviests - 100gr

Baltvīns - 200gr

Pagatavošana:

Marināde: Sasmalcina dilles, savieno tās ar citronu sulu, vorčesteras mērci, baltvīnu un sviestu.

Notīra zivi, atdala gaļu no lielās asakas un ādas, sagriež kvadrātātos gabaliņos 3,5cm un 3,5cm. Ieliek zivi marinādē uz 2-3 stundām ledusskapī. Vēlāk šašliku mauc uz iesmiem un cep uz oglēm līdz gatavs.



Reņģes pienā

Sastāvdaļas:

Reņģes - 800gr

Piens - 2glāzes

Sīpoli - 4gb

Sviests - 40gr

Lauru lapa - 1gb

Zaļumi - pēc garšas

Sāls, pipari - pēc garšas

Pagatavošana:

Dziļo cepešpannu iesmērē ar sviestu un liek virsū notīrītas reņģes un kārtu salmiņos sagrieztus sīpolus, apkaisa ar sāli un pipariem, uzliek lauru lapu. Uz reņģēm uzliek pa sviesta pikucītim un visu aplej ar pienu - tik daudz, lai visas reņģes būtu pienā. Sautē cepeškrāsnī zem vāka, vai kāda cita apsega (var dziļo cepešpannu aplāt ar seklo), pasniedz ar vārītiem kartupeļiem un zaļumiem.



Cepta forele ar krējumu

Sastāvdaļas:

Foreles - 4-5gb

Milti - 2ē.k.

Rīvmaize - 2ē.k.

Eļļa - 6ē.k.

Dilles un pētersīļi - pēc garšas

Krējums - 1glāze

Sāls - pēc garšas

Pagatavošana:

Nogriež forelēm galvas, iztīra un labi noskalo. Apkaisa ar sāli un pilda ar sakapātiem zaļumiem. Apviļā rīvmaizē un cep eļļā. Aplej ar krējuma glāzi un atstāj uz mazas liesmas uz 5-6minūtēm. Pasniedz karstu ar vārītiem kartupeļiem.



Līdaku galvas

Sastāvdaļas:

Līdaku galvas - 6-8gb

Burkāni - 2gb

Sīpoli - 1gb

Pētersīļu saknes - 1-2gb

Čiploki - 1gb

Sāls, pipari, citas garšvielas - pēc garšas

Kartupeļi - garnīram

No līdaku galvām izņem žaunas un acis. Pēc tam galvas novāra, noskalo un aplej ar aukstu ūdeni. Pievieno sāli, piparus un citas garšvielas, sagrieztu sīpolu, burkānus, pētersīļu sakni un vāra līdz gatavībai. Noņem katliņu no uguns, pievieno smalki sakapātu čiploku un ļauj nostāvēties 5-7minūtes. Gatavās līdaku galvas skaisti uzliek uz apaļa šķīvja un starp galvām liek vārītus kartupeļus. Galvas aplej ar buljonu un apkaisa ar smalki sakapātiem čiplokiem un citiem dārzeņiem, ar kuriem galvas vārījās.



Zivju šnicele matrožu gaumē

Sastāvdaļas:

Zivs fileja - 500gr
Kviešu maizes klaips - 1gb
Olas - 2gb
Sviests - 100gr
Sāls, pipari, zaļumi - pēc garšas

Pagatavošana:

Zivs fileju(mencas, heka vai butes) sagriež nelielos gabalos, izklopē, lai būtu biezums 0,5-0,7cm un piedod tiem gabaliņiem plāceniša formu. Maizi sagriež kubiņos. Sagatavotās zivju porcijas apkaisa ar sāli, pipariem, izmērcē olā un apvārta maizes kubiņos. Cep lielā eļļas daudzumā, kamēr parādās zeltaina garoziņa. Pasniedz ar ceptiem kartupeļiem un zaļumiem.



Zivs-kartupeļu sacepums ar siera garoziņu

Sastāvdaļas:

Kartupeļu biezenis - 700gr
Milti - 6ē.k.
Zandarta fileja(der arī cita) - 400gr
Ciets siers - 200gr
Olas dzeltenumi - 4gb
Eļļa, sāls, pipari.

Pagatavošana:

Samaisa kartupeļu biezeni ar miltiem, pievieno sāli un piparus. Sieru sarīvē uz rupjas rīves un ieliek bļodiņā. Sieram pievieno olas dzeltenumus un kārtīgi samaisa. Cepeštraukā ieliek kartupeļu mīklu gar dibenu un malām. Ar dakšu izdur vairākās vietās un liek karstā 200grādu cepeškrāsnī uz 3-5minūtēm. Zandarta fileju noskalo, sagriež gabaliņos, apkaisa ar sāli un pipariem un liek kartupeļu mīklā. Visu aplej ar siera un olas maisījumu un atstāj cepeškrāsnī uz 15-20minūtēm.



Podiņā sautēta zivs

Sastāvdaļas:

Zivs fileja
Eļļa
Sīpoli
Sēnes
Sāls
Ķiploki
Pipari
Ūdens
Vīns

Pagatavošana:

Zivs fileju sagriež un apcep eļļā. Sīpolus sagriež un apcep kopā smalki sakpātām sēnēm, tad ieliek podiņā, pa virsu uzliek zivs gabalus, apkaisa ar pipariem, sāli, pievieno ķiploku, aplej ar ūdeni un vīnu līdz puspodiņam, tad uzliek vāku, liek uz uguns un sautē līdz gatavībai.



Daugavas sams

Sastāvdaļas:

Puravi - 800gr
Eļļa - 2ē.k.
Citronu sula
Estragona lapas
Sarkanās lēcas - 200g
Dārzeņu buljons - 400ml
Sama fileja
Balzamiko etiķis - 1ē.k.
Sāls, pipari

Pagatavošana:

Puravus sagriež un apcep. Lēcas nomazgā un 1 reiz uzvāra lielā ūdens daudzumā, nokāst un pievienot puraviem, pieliet buljonu un vārīt 10 min.. Fileju sadalīt 4 gabalos, apslacīt ar citrona sulu, uzkaisīt garšvielas. Cept uz grila 4 min. no katras puses. Lēcām pievieno etiķi, sāli, piparo, sajauc ar estragonu un pasniedz kopā ar samu.



Gardais sams

Sastāvdaļas:

Sama fileja
Sāls, pipari
Sviests
Sīpoli
Paprika
Zivju garšviela
Saldais krējums

Pagatavošana:

Samu noskalo izlietnē, tad izķidā un atkal noskalo. Pa muguras asaku ar plānu un asu nazi atdala fileju. Fileju sagriež porciju gabalos un pārkaisa ar sāli un pipariem. Liek uz pannas sakarsētā sviestā un abām pusēm apcep. Pārliet pīles katlā, uzliek pa virsu jau apceptus sīpolus un papriku, pārkaisa ar zivju garšvielām. Pārlej visu ar saldo krējumu un uz 15-20minūtēm ieliek cepeškrāsnī.



Zandarts senkrievu gaumē

Sastāvdaļas:

Zandarts
Sēnes(ieteicams baravikas)
Sviests
Rīvmaize
Pētersīļi
Sālīti gurķi
Tomāti

Pagatavošana:

Uzvāra zivju buljonu no zandarta galvas un spurām, tad gabalus izņem un buljonu izlaiž caur marli. Liek atkal uz uguns, buljonā liek iekšā sagrieztus zandarta gabalus. Uz pannas izkausē sviestu, uzber rīvmaizi un pievieno pētersīļus, tad sacep sēnes. Pēc tam sēnes pievieno buljonā pie zandarta gabaliem, aplej buljonu ar karsto sviestu, kurā cepās sēnes ar pētersīļiem. Liek katliņū ar visu saturu krievu krāsnī. Pasniedz kopā ar sālītiem gurķiem un tomātiem.



Asari mūku gaumē

Sastāvdaļas:

Sviests - 2-3ē.k.
Asaru filejas - tik, lai noklātu pannu
Sīpoli - 1gb(liels)
Vārītas olas - 4gb
Konservētas sēnes - 1burciņa
Majonēze - 300gr
Saldais krējums - 100gr
Siers - 50-100gr
Zaļumi - pēc garšas

Pagatavošana:

Sviestu izkausē pannā, uzliek kārtu ar asaru filejām, kārtu ar sīpoliem, kas sagriezti šķēlēs, kārtu ar sagrieztām vārītu olu šķēlītēm, un kārtu ar sagrieztām sēnēm. Visu apkaisa ar sāli un pipariem.

Aplej visu ar kokteili:

2/3 majonēzes un 1/3 saldā krējuma. Cietu sieru sarīvē pa virsu plānā kārtā. Liek visu cepeškrāsnī un 30minūtēm 250grādu temperatūrā. Pēc izņemšanas apkaisa ar zaļumiem.



Šprotas no vīķēm

Sastāvdaļas:

Vīķes
Saulespuķu eļļa
Sāls, garšvielas

Pagatavošana:

Attīra vīķes no zvīņām, izņem iekšas un žaunas, noskalo un liek vārīties vārošā saulespuķu eļļā, kurai pievienot sāls un citas garšvielas, uz piecām līdz 7minūtēm. Liek ledusskapī atdzesēties. Ēdiens skaitās lieliska uzkoda.



Saldūdens ikri makšķernieku gaumē

Sastāvdaļas:

Saldūdens zivju ikri, vislabāk no līdakām un asariem(ārpus nārsta laika)

Sāls

Ūdens

Pagatavošana:

Zivju ikrus attīra no plēves, divreiz applaucē ar verdošu ūdeni un liek stipras sāls koncentrācijas ūdenī. Sāls koncentrācijai jābūt tik lielai, lai atsevišķi ikri uzpeldētu ūdens virspusē. Šādā sālsūdenī ikrus tur apmēram diennakti, tad tie gatavi lietošanai!



Vārīti asari ar mārrutkiem

Sastāvdaļas:

Asari - 1kg

Sīpoli - 100gr

Rīvēti mārrutki - 50gr

Etiķis - 20gr

Lauru lapas - 1-2gb

Pipari, sāls - pēc garšas

Pagatavošana:

Vārošā ūdenī ieliek lauru lapu, sāli, piparus un sīpolus. Asarus notīra, izķidā, noskalo un ierīvē ar sāli, tad liek vārošajā ūdenī un vāra 15minūtes. Novārītos asarus liek uz šķīvja un aplej ar rīvēto mārrutku un etiķa maisījumu. Klāt var pasniegt konservētus zirnīšus.



Zandarta plācenīši

Sastāvdaļas

Zandarts - 1,6kg

Sviests - 100gr

Šampinjoni - 200gr

Sīpoli - 1gb

Eļļa - 2ē.k.

Sāls, pipari - pēc garšas

Pagatavošana:

Zandartu notīra, izķidā un noskalo. Sagriež gareniski gar vidējo asaku un izlasa asakas no zandarta pusītēm. Izklōpē, tad ierīvē ar sāli un pipariem.

Noskalo un smalki sagriež šampinjonus, notīra sīpolu un arī sagriež. Liek sīpolu uz pannas un apcep, pievieno šampinjonus, samaisa, pievieno sāli un piparus, visu samaisa un apcep.

Sēņu un sīpolu sacepumu liek katrā izklāpētā zandarta gabala centrā. Satin kā ruleti un liek dziļā pannā. Aplej ar eļļu. Cep uz mazas uguns 10minūtes. Pielej klāt nedaudz zivju buljonu, uzliek vāku un sautē kamēr gatavs. pasniedz ar mērci.



Asari cepeškrāsnī ar sāli

Sastāvdaļas:

Asari ,Sāls

Pagatavošana: Cepešpannā pieber sāli, tā lai nosedz visu dibenu un ir neliela kārtiņa ar sāli. Asarus ar nogrieztām galvām un iztīrītām iekšām liek uz cepešpannas. Liek cepeškrāsnī. Pēc minūtēm 10-15 asarus apgriež uz otru pusi. Pasniedz karstus, tad ļoti viegli nāk nost āda. Sanāk ļoti garšīgi un nemaz nav par sālītu, kā var šķist. Asari paņem tikai tik daudz sāli, cik tiem nepieciešams. Nevajag arī nekādas citas garšvielas vai eļļu.



Cepta, panēta karūsa

Sastāvdaļas:

Karūsa - 1kg
Tauki - 60-80gr
Sāls - pēc garšas

Panēšanai:

Olas - 2gb
Milti - 40gr
Rīvmaize - 80gr

Pagatavošana:

Zivi notīra, izķidā, nogriež galvu, asti un spuras, tad nedaudz apkaisa ar sāli. Panē miltos, sakultā olā un rīvmaizē. Cep strirpi sakarsētos taukos no abām pusēm līdz paliek zeltaini brūngana. Gatavo zivi liek šķīvī, dekorē ar zaļumiem, rīvētiem mārrutkiem, vai citrona šķēlītēm. Atsevišķi pasniedz kartupeļus, vai svaigu dārzeņu salātus.



Ceptas butes

Sastāvdaļas:

Butes - 1,5kg
Tauki - 60-80gr

Panēšanai:

Olas - 2gb
Milti - 40gr
Rīvmaize - 80gr

Pagatavošana:

Zivi notīra, izķidā, nogriež galvu, asti un spuras, tad nedaudz apkaisa ar sāli. Panē miltos, sakultā olā un rīvmaizē. Cep strirpi sakarsētos taukos no abām pusēm līdz paliek zeltaini brūngana. Vēlāk zivi liek cepeškrāsnī uz 15-20minūtēm. Pasniedz ar kartupeļiem vai svaigu dārzeņu salātiem. Maza izmēra butes var cept ar visu ādu.



Zandarts ar šampinjiem

Sastāvdaļas:

Zandarts - 1kg
Šampinjoni - 150gr
Tauki - 40gr
Milti - 30gr
Sviests - 40gr
Sāls - pēc garšas

Pagatavošana:

Zandartu notīra, izķidā, noskalo, sagriež filejas gabaliņos(ar ādu). Šampinjonus notīra, noskalo, noņem plēvi, sagriež plānās šķēlēs. Sviestu (20gr) uzkaršē pannā, pieliek šampinjonus, apcep, pēc tam uzliek vāku un pielej nedaudz ūdeni. Sautē uz mazas uguns. Zivs filejas gabalus apkaisa ar sāli, apviļā miltos un apcep stipri sakarsētos taukos no abām pusēm, pēc tam liek cepeškrāsnī, bet pa virsu uzsmērē atlikušos 20gramus sviesta. Gatavo zivi liek traukā ar šampinjiem. Vēlāk daļa pa porcijām tādā veidā, lai katrā būtu gan zivs, gan šampinjoni.



Saldūdens zivju šašliks

Sastāvdaļas:

Jebkuras saldūdens zivs fileja - 500gr
Sīpoli - 2gb
Speķis - 100gr
Sviests - 2ē.k.
3% etiķis - 1-2ē.k.
Sāls, pipari, citas garšvielas - pēc garšas

Pagatavošana:

Zivis notīra, izķidā, noskalo un sadala filejas gabaliņos ar ādu, bet bez asakām. Griež gabaliņos pa 30-40gr. un liek marinēties uz laiku no 1-2stundām. Marināde sastāv no etiķa, sāls, pipariem, sīpolu riņķīšiem un citām garšvielām. Etiķa vietā var izmantot citronskābi. Speķi sagriež šauros salmiņos. Uz koka iesmiem uzver zivs gabaliņus, speķa gabaliņus un sīpolu riņķīšus. Tad iesmus liek uz pannas un apcep, nepārtraukti apgrozot, minūtes 10-15. Vēlāk tos šašlikus liek cepeškrāsnī, kamēr tie paliek gatavi. Pasniedz ar tomātu mērci.



Šprotas no viķēm

Sastāvdaļas:

Viķes
Saulespuķu eļļa
Sāls, garšvielas

Pagatavošana:

Viķes notīra, izķidā, izņem žaunas un vāra 5-8minūtes saulespuķu eļļā, kurai pievienota sāls un garšvielas. Atdzesē un pasniedz kā uzkodu!



Cepti asaru ikri

Sastāvdaļas:



Asaru ikri
Sāls
Pipari

Pagatavošana:

Ikriem noņem plēvīti, noskalo. Nedaudz apsāla, pieber nedaudz piparus un cep uz sakarsētas pannas eļļā. Ik pa laikam samaisa. Var ēst tāpat, var kā uzkodu!



Lietuviešu salāti

Sastāvdaļas:

Siļķes ar pieniem(obligāti) - 2gb

Kartupeļi novārīti ar mizu - 4gb

Vārīti burkāni - 2gb

Sīpols- 1gb

Pagatavošana:

No siļķes taisa fileju, pēc tam sagriež mazos kubiņos. Kartupeļus un burkānus arī sagriež kubiņos. Tālāk gatavo mērci - pienu ieberzē ar cukuru, etiķi un smalki sakapātu sīpolu. Jāizveidojās viendabīgai masai. Šajā masā pievieno kartupeļus. Tad liek kārtu ar siļķes gabaliem, tad kārtu ar burkāniem, tad atkal kartupeļi, siļķe un burkānu kārtā. Dekorē ar sīpola gredzentiņiem un zaļumiem!



Tālo Austrumu pelmeņi

Sastāvdaļas:

Cūkgaļas mīkstums - 250gr

Zivs fileja - 300gr(ieteicams zivs ar sarkano gaļu)

Sīpoli - 2gb

Olas - 1gb

Ūdens, sāls, pipari - pēc garšas

Pagatavošana:

Visu gaļu un sīpolus divreiz izlaiž caur gaļas maļamo mašīnu. Pievieno olu, garšvielas, ūdeni un labi samaisa. Tālāk gatavo kā jebkurus pelmeņus. Var no iegūtās masas arī gatavot kotletītes, pildījumu pīrāgiem, vai vārīt zupā kā frikadeles.



Zivs mīklā - latviešu gaumē

Sastāvdaļas:

Lasis - 750gr (var arī jebkuru citu zivi, lasis ir ieteicamais)

Milti - 2glāzes

Eļļa - 1.ē.k.

Olu baltumi - 3gb

Marinādei:

Citronu sula - 1/2 glāze

Eļļa - 1ē.k.

Sāls, pipari

Pagatavošana:

Zivs fileju nelielos gabalos, aplaista ar marinādi un atstāj uz 1-2 stundām. Marinādes pagatavošanai eļļu sajauc ar citronu sulu, olu baltumu, pievieno garšvielas pēc gaaršas. No ūdens, miltiem un nedaudz sāls, pagatavo mīklu, tad mīklai pievieno atlikušos olu baltumus. Aplaisītās ar marinādi, zivs gabalus, iemērc mīklā un vāra eļļā 4-6minūtes.



Zviedru anšovs

Sastāvdaļas:

Kartupeļi - 700gr

Brētliņas garšvielu sālījumā - 3 bundžiņas

Ķiploki - 5daiviņas

Saldais krējums - 500ml

Olas - 1gb

Rīvmaize - 2ēd.k.

Sīpoli - 1-2

Sviests - 1ēd.k.

Olīveļļa - 1ēd.k.

Pagatavošana:

Kartupeļus nomizo un uz rupjas rīves sarīvē, pievieno sarīvētus ķiplokus, eļļu un garšvielas. Sīpolu sagriež nelielos gabaliņos. Ugunsdrošu trauku ieziež ar sviestu, liek kārtām kartupeļus, sīpolus, ķilavu filejas, sīpolus un kartupeļus.

Saldo krējumu sauku ar olu uz zivs garšvielām, pārlej kārtojumam. Vēl uzber rīvmaizi un liek sakarsētā cepeškrāsnī 200grādu karstumā uz, apmēram 40minūtēm.



Laša un tunča pica

Sastāvdaļas:

Picas pamatne - 1gb
Salātu mērce - 1ēd.k.
Holandes siers - 100gr
Konservēts tuncis - 1kārbiņa
Kūpināts lasis - 2šķēlītes
Garneles - 100gr
Krējums - 2ēd.k.
Provansas majonēze - 2ēd.k.

Pagatavošana:

Uz gatavas picas mīklas pamatnes uzliež salātu mērci, tad liek plānās šķēlēs un nelielos gabaliņus sagrieztu kūpinātu lasi. Starp laša gabaliņiem kārto konservēta tunča gabaliņus. Pārber garneles un pārkausa ar rīvētu sieru. Visam pāri pārlej krējuma un majonēzes maisījumu. Picu liek sakarsētā cepeškrāsnī 220grādu temperatūrā un cep 10-15minūtes.



Vimba saulespuķu sēkliņu garozā

Sastāvdaļas:

Vimba - 2gb
Aromātiskā sāls - 1tēj.k.
Saulespuķu sēklas - 50gr
Rīvmaize - 1-2ēd.k.
Olas - 1gb
Sviests - 100gr
Mērcei:
Sīpoli - 1gb
Gailenes - 400gr
Krējums - 150gr
Konjaks - 1ēd.k.
Citronu sula - 1tēj.k.
Pipari, sāls

Pagatavošana:

Vimbas notīra, nomazgā un filē. Katru filejas gabaliņu apgriez ar ādu uz leju un šķērsām ar asu nazi sīki sagriež tā, lai nesagrieztu ādu, bet asakas ēdot nejustu. Tad ierīvē ar aromātisko sāli. Samaļ saulespuķu sēklas un samaisa ar rīvmaizi. Fileju gabaliņus vispirms apviļā sakultā olā, pēc tam sagatavotajā rīvmaizē. Cep sakarsētā pannā brūnus.

Pagatavo mērci. Sīpolus un sēnes sacep sviestā. Pievieno krējumu, konjaku, sāli, piparus, citronu sulu un uzvāra. Pasniedz ar vārītiem kartupeļiem.



Asari ar ananasiem

Sastāvdaļas:

Asari - 4-5lieli
Pētersīļu lapas sagrieztas - 1ēd.k
Smalki sagriezts ananass - 1glāze
Olīveļļa - 1glāze
Milti - 3ēd.k.
Pipari, sāls - pēc garšas

Pagatavošana:

Asariem notīra zvīņas, izņem iekšas, nomazgā un filē. Sajauc pusglāzi olīveļļas, ananasu gabaliņus, pētersīļu lapas, nedaudz piparus un sāli. Filejas gabaliņus kārtīgi samaisa ar marinādi un liek ledusskapī un vienu stundu ievilkties.

Pagatavo mērci:

Sajauc olas, 1ēd.k. eļļu, nedaudz piparus un sāli. Asaru filejas pa vienai apviļā miltos, mērcē un rīvmaizē. Cep sakarsētā eļļā no abām pusēm līdz brūnumam. Pasniedot dekorē ar ananasu sķēlītēm.



Forele ar siera mērci

Sastāvdaļas:

Foreles fileja - 4gb
Olas - 1gb
Milti - 2ēd.k.
Olīveļļa - cepšanai

Mērci:

Saldais krējums - 200gr
Kausēts siers - 150gr
Sagriezti spināti - 2ēd.k.
Sāls, citronpipari

Pagatavošana:

Foreles fileju apviļā sakultā olā, miltos un cep pannā sakarsētā eļļā brūnas. Gatavo fileju noliek siltā vietā. Pannā ielej saldo krējumu un sāk karsēt. Lēnām pievieno kausēto sieru, spinātus, sāli un citronpiparus. Visu maisot karsē, līdz izveidojās viendabīga masa. Gatavo mērci pārlej forelei. Pasniedz ar ceptiem kartupeļiem un dārzeņu salātiem.



Grillētas butes ar estragonu

Sastāvdaļas:

Butes - 6gb

Marinādei:

Apelsīnu sula - 1glāze

Olīveļļa - 4ēd.k.

Sasmalcināts estragons - 2tēj.k.

Melnie pipari, sāls

Pagatavošana:

Butēm ar šķērēm nogriež galvas un nomazgā. Sajauc visas marinādes sastāvdaļas, pārlej butēm un marinē divas stundas. Grilu apslaka ar eļļu. Butes grillē no abām pusēm gatavas. Pasniedz ar dārzenu salātiem.



Vējzivis ar citronu džemu

Sastāvdaļas:

Vējzivis - 7-12 nelielas

Olīveļļa - pēc vajadzības

Kartupeļi - 250gr

Sviests - 2ēd.k.

Rīvmaize - pēc vajadzības

Citronu džems - 1.ēd.k.

Pagatavošana:

Novāra kartupeļus, sakuļ biezenī ar sviestu, pievieno citronu un kanēli. Notīrītās zivis piepilda ar šo biezeni un pa malām iesprauž zobu bakstāmos. Apviļā zivis miltos un cep eļļā 1-2 minūtes no abām pusēm. Pasniedz ar spinātiem.



Līdaka krāsainā kārtojumā

Sastāvdaļas:

Līdaka - 1,5kg
Citroni - 1gb
Burkāni - 2gb
Konservēta kukurūza - 200r
Majonēze - 200gr
Milti - 1ēd.k.
Olas - 1gb
Sāls, citronpipari - pēc garšas

Pagatavošana:

Līdaku notīra, filē, sagriež porciju gabalos, ierīvē ar pārgrieztu citronu, apviļā miltos, olā un liek cepties eļļā sakarsētā pannā. Uzkausa sāli. Kad zivs apcepusies, to liek caurspīdīgā, karstumizturīgā traukā. Virsū uzber sarīvētus burkānus un kukurūzu. Visam pārlej pāri majonēzi un uzkausa citronpiparus. Zivi liek 200grādu sakarsētā cepeškrāsnī un cep 15-10minūtes.



Cepts zandarts ar āboliem

Sastāvdaļas:

Zandarta fileja - 600gr
Lieli āboli - 1gb
Ķiploki - 3daiviņas
Kausēts siers - 200gr
Eļļa cepšanai

Pagatavošana:

Zandarta fileju no abām pusēm apcep eļļā. Virsū liek nomizotu un sarīvētu ābolu un sīki sagrieztus ķiplokus. Uzliek kausēto sieru un pielej nedaudz ūdeni. Trauku aizvāko un sautē 15minūtes.



Krāsni sautēs lasis

Sastāvdaļas:

Kartupeļi - 1kg
Sīpoli - 3-4gb
Svaiga laša fileja - 500gr
Tomāti - 3gb
Kausēts siers - 300gr
Dilles - 15gr
Sāls, pipari - pēc garšas
Eļļa cepšanai

Pagatavošana:

Ugunsdrošā traukā iegriez nomizotus kartupeļus. Tad liek gabaliņos sagrieztu lasi. Sīpolus sagriež, apcep un liek uz laša. Pārber ar sāli un pipariem. Nomizo tomātus, sagriež un liek virsū, vēl pārlej kausēto sieru un beigās karstu ūdeni tā, lai visu pārklāj. Liek 200grādu sakarsētā cepeškrāsnī un sautē apmēram stundu. kad izņem no krāsns, pārkaisa ar smalki sagrieztām dillēm.



Kraukšķīgi asie asari

Sastāvdaļas:

Asari - 4gb
Ķīmenes - 2ēd.k.
Zaļais čilli pipars - 1gb
Hinza - 3buntītes
Ķiploki - 2daiviņas
Svaiga ingvera sakne - 2gabaliņi
Sviests, vai eļļa - cepšanai

Pagatavošana:

Samaļ ķīmenes, sasmalcina čilli piparu, ingveru un ķiplokus līdz dabū pastu. Asaros iegriež dziļus iegriezumus un tajos iesmērē pastu. Atstāj uz stundu iemarinēties. Sakarsē sviestu pannā un liek tajā zivis. Cep 1-3minūtes no katras puses. Pasniedz ar ceptiem kartupeļiem!



Labu apetīti!