

Pęczakotto bałtyckie



Składniki

Opis wykonania

2 szklanka - kaszy pęczak
cebula
burak (ugotowany)
Filet z troci lub z łososa bałtyckiego pokrojony w stekach
Skóra z dorsza
Śmietanka 30% do gotowania
Oliwa z oliwek do smażenia
Olej rzepakowy do smażenia
1 szklanka - białego wina wytrawnego
batat
Trochę świeżego kopru do dekoracji
Wywar rybny
Wywar rybny:
2 kg - rybnych kręgosłupów, łbów, wypatroszonych rybek
korzenie pietruszki z nacią
łodygi selera naciowego z liśćmi
por
cebula
koper włoski
średnie marchewki
pieprz, sól, cukier, listek laurowy
ziele angielskie

Filet z troci lub z łososa bałtyckiego z kaszą pęczak, wywarem rybnym i chipsami z batatów.

Wywar rybny: wszystkie składniki zalewamy zimną wodą na wysokość kilku centymetrów nad składnikami i doprowadzamy do wrzenia. Gotujemy, unikając dużego wrzenia przez co najmniej 1,5 godziny.

Pęczak myjemy pod zimną wodą, cebulę kroimy w kosteczkę, smażymy na szklisko na oliwie z oliwek, dodajemy pęczak i od razu wlewamy szklankę białego wina.

Po lekkiej redukcji wina zalewamy do poziomu wywarem rybnym, gotujemy na małym ogniu przez około 15 min., mieszając i dolewając wywaru co jakiś czas.

Dodajemy jedna dużą łyżkę ugotowanego i zmiksowanego buraka i zabelamy odrobiną śmietanki. Doprawiamy do smaku solą i pieprzem.

Chipsy z batatów: batata obieramy, kroimy w cienkie plastry, kładziemy pojedynczo na pergaminie skrapiamy odrobiną oliwy z oliwek, zapiekamy 7 do 10 minut.

Chipsy ze skóry dorsza: kroimy skórę w małe kawałki, wrzucamy na patelnię na gorący olej i po kilku sekundach jest gotowe!

Pęczakotto podajemy na głębokim talerzu, kładziemy stek na pęczaku skórką do góry, dookoła posypujemy chipsami ze skóry dorsza, rybę posypujemy koperkiem i wbijamy jeden wysoki chips z batatu, by pociągnąć całe danie do góry.

Steki rybne smażymy po stronie skóry na oliwie, po minucie domykamy drugą patelnią, by udusić mięso i zmniejszamy ogień. Nie smażymy dłużej niż 4/5 minut w zależności od grubości steków.