Ką reikėtų žinoti verdant žuvį

Parašė Gaminu namie
Trečiadienis, 26 Spalis 2011 20:58



Pasirinkus skirtingus terminio apdorojimo būdus, tokius kaip virimą (skystyje, garuose), kepimą (su riebalais, riebaluose, orkaitėje, ant grotelių), troškinimą, šutinimą ar apkepimą, iš žuvų galima pagaminti įvairių skanių ir maistiniu požiūriu vertingų patiekalų.

Žuvies virimas. Geriausia žuvį virti specialiuose puoduose su skylėtu išimamu įdėklu. Žuvys ar jų gabalai talpiai sudedami ant įdėklo, įstatomo į puodą. Su juo išimama jau išvirusi žuvis.

Verdant labaisvarbus ne tik įdedamų produktų kiekis, bet ir seka, kuria jie dedami. Verdant sriubas (žuvienes) negalima į vandenį sudėti visko vienu metu. Labai smulkios žuvys bei stambių žuvų pelekai, kaulai, galvos, pašalinus iš jų žiaunas ir akis (jos sultiniui suteikia kartumo), susukamos į marlę ir dedamos tik į šaltą vandenį. Prieskoninės daržovės (morkos, petražolės, salierų šaknys, svogūnai) į sriubą dedamos tik pakepintos riebaluose. Taip jose išliks daugiau vertingų medžiagų, bus geresnis sriubos skonis ir spalva. Daržovės dedamos tokia seka, kad visos baigtų virti vienu metu, o prieskoniai – likus 5–8 min. iki virimo pabaigos. Verdant gėlavandenes žuvis, jų naudojama saikingai, tiek, kad neužgožtų žuvies skonio, o tik jį paryškintų. Daugiau prieskonių dedama verdant jūros žuvis. Dumblėtuose vandenyse gyvenančios žuvys, tokios kaip karosai, karpiai, vėgėlės, lynai, bei jūrų žuvys, turi savotišką prieskonį, kurį taip pat galima panaikinti tinkamai parinkus prieskonius. Patiekalai gardinami dagiais, bazilikais, gelteklėmis, peletrūnais, petražolėmis, krapais, kalendromis, svogūnais, lauro lapais, pipirų grūdeliais ir kt. Tik nereikia sudėti visų turimų prieskonių, parenkamos dviejų trijų prieskonių puokštės.

Verdant žuvį antrajam (pagrindiniam) patiekalui, stambių žuvų oda keliose vietose įpjaunama

skersai. Tada išvirusi žuvis išliks gražios formos. Vandeniu užpilama jau talpiai puode sudėta žuvis ar jos gabalėliai. Stambūs gabalai ar stambi žuvis visad užpilama šaltu vandeniu. Užpylus karštu vandeniu vidiniai žuvies sluoksniai dažnai lieka neišvirę, o viršutiniai perverda. Tokia žuvis pjaustant subyra.

Smulki žuvis užpilama karštu vandeniu. Jo pilama tiek, kad virš žuvies būtų 2–3 cm. Reikia stengtis greitai užvirti vandenį, tačiau toliau verdama ant silpnos ugnies (85–90 laipsnių temperatūroje). Maži gabalėliai ar smulki žuvis išverda per 5–10 min., stambūs gabalai ar didelė žuvis – 50–60 min.

