

Рыба в кляре с орехами и чесноком

Где кляр, там сохраненный вкус продуктов, соки, не убежавшие на сковороду или в кастрюлю, отличный вид блюда, гастрономическая привлекательность. Этот рецепт – именно такой!



500 г рыбного филе, 1 стакан очищенных грецких орехов, 3-4 зубчика чеснока, 4 ст. ложки майонеза, растительное масло.
Для кляра: 2 яйца, 5 ст. ложек муки, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки молока, соль.

Грецкие орехи и чеснок измельчить, смешать с майонезом. Это будет ореховая начинка.

Рыбное филе порезать на куски. В каждом куске посередине сделать надрез, но не до конца. Положить в надрезы орехово-чесночную начинку.

Приготовление кляра: яйца взбить с мукой, добавить растительное масло, соль и молоко.

Каждый кусок рыбы окунуть в кляр и обжарить в хорошо

разогретом растительном масле до готовности. Рыбу выложить на тарелку, посыпать мелко нарезанной зеленью.