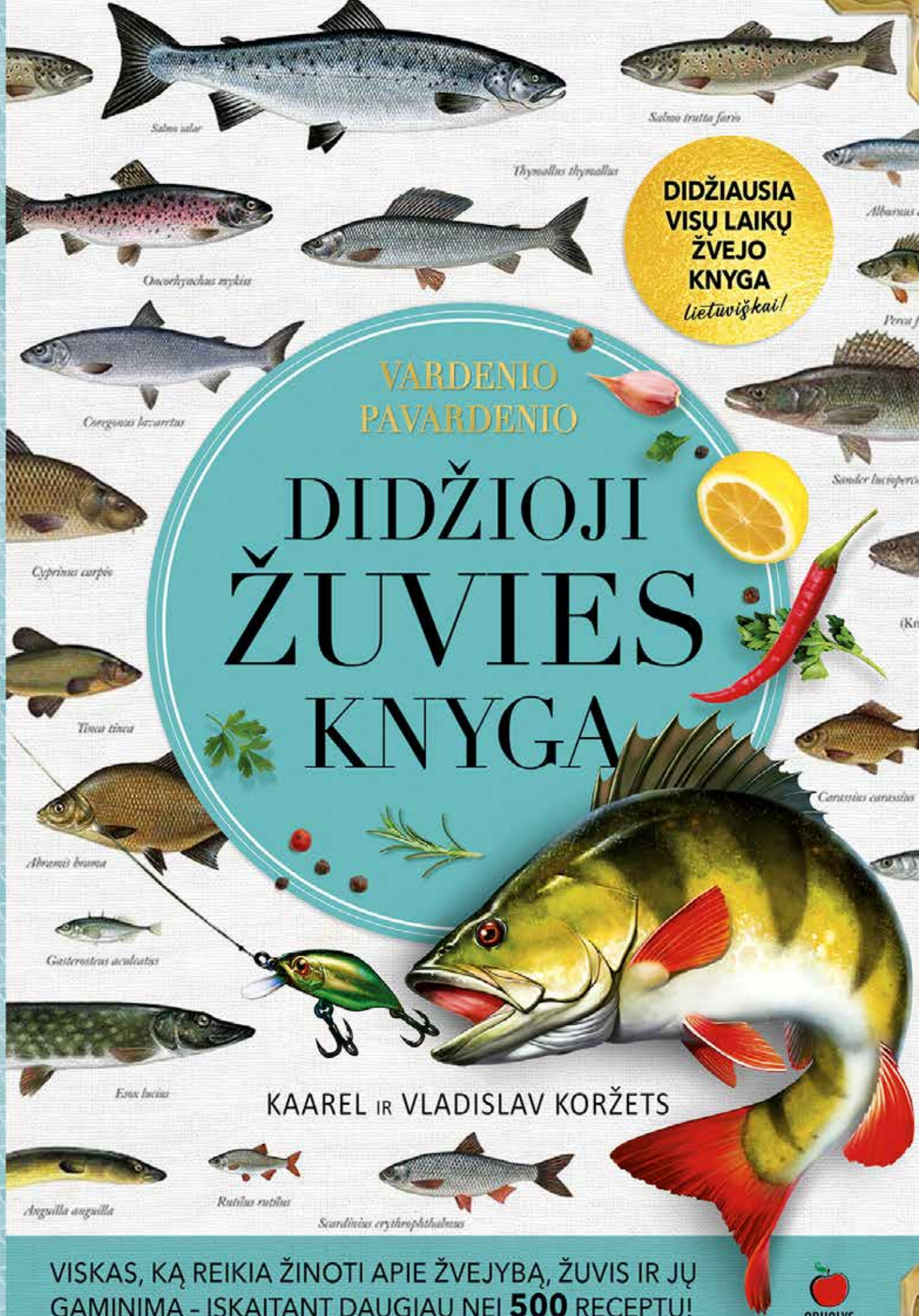




DIDŽIAUSIA
VISŲ LAIKŲ
ŽVEJO
KNYGA
lietuviškai!

VARDENIO
PAVARDENIO

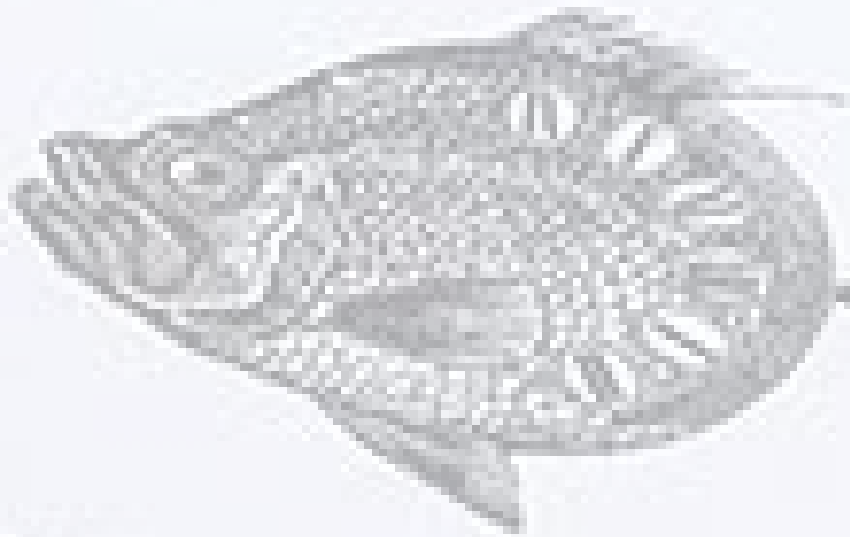
DIDŽIOJI ŽUVIES KNYGA

KAAREL IR VLADISLAV KORŽETS

VISKAS, KĄ REIKIA ŽINOTI APIE ŽVEJYBĄ, ŽUVIS IR JŲ
GAMINIMĄ – ĮSKAITANT DAUGIAU NEI **500** RECEPTŲ!



VLADISLAV IR KAAREL KORŽETS



KALAMBULL

DIDŽIOJI ŽUVIES KNYGA

Vertė
DAINORA KRASAVIČIŪTĖ



IŽANGA

Ši knyga skirta tiems, kurie domisi žuvimis ir žuvų patiekalais. Žinoma, skaitytojas, kuris dar nėra ypatingas žuvų gerbėjas, taip pat kviečiamas atsiversti šią knygą, nes niekada negali žinoti, kas netikėtai gali tave sudominti šiame pasaulyje. Žuvimis žaviuosi jau daugiau nei pusę amžiaus: nuo tos dienos, kai būdamas vaikas Keilos upėje pagavau pirmąjį ešerį. Upių ir jūrų gyventojai mano gyvenime įsitvirtino su tokia jėga, kad užkrėtė ir mano sūnų, kuris tapo tikru šios knygos bendraautoriumi. Nors nedrįsau dalytis su juo rašymo darbu – pasilikau šį malonumą sau, tačiau jo vaidmuo knygos receptų skyriuje kur kas didesnis nei mano. Kaip ir mūsų žuvų restorane *Kalambuur*, kur jam tenka virėjo pareigos, o aš galiu būti dėkingas, besišypsantis senelis. Puikus darbo pasidalijimas, ar ne?

2006 m. išleista mano „Koržetso žuvų knyga“, kurią puikiai įvertino kulinariai. 2013 m. Karelas išleido knygelę „76 Koržetso žuvų patiekalai“, kuri taip pat sulaukė puikių atsiliepimų. Taigi, ko dar trūksta, kodėl mes nesustojame? Jau daugelį metų pastebiu, kad trūksta išsamesnės knygos apie žuvų rūšis ir žuvų paruošimą. Kadangi tokia knyga niekaip neatsirado, man teko pačiam ją parašyti. Šia prasme knygą parašiau tarsi sau pačiam. Deja, man nepavyko laikytis pirminio plano – ji tapo daug storesnė, nei planavau. Tačiau pavyko atsisakyti pirminio ir itin ambicingo pavadinimo „Žuvų gyvenimas ir mirtis“,

kuris leido nuspėti, kad tai bus monumentalus darbas. Vis dėlto nevadinčiau jo šedevru, nes daugelis svarbiausių pasaulio žuvų rūšių paminėtos tik prabėgomis arba visai nepaminėtos. Nedrįsau parašyti dar storesnės knygos, būgštaudamas, kad skaitytojui ji taps nepatogi. Ji ir taip didelė, tačiau šis „nepatogumas“ tikslingas: kadangi knyga tokia didelė ir netelpa lentynoje, tikėkimės, kad ji bus dažniau paimta į rankas, o jei bus paimta, galbūt bus ir perskaityta. Žinoma, knygą galima naudoti kaip padėklą keptuvei arba spaudą. Autoriai neišsižeis.

Knyga iš esmės parašyta dėl to paties, kas nuo neatmenamų laikų domino žmoniją, t. y. kas, ką ir kaip valgo. Šiuolaikinį rūpestį gamta taip pat galima kiek supaprastintai interpretuoti ir kaip rūpestį, kad nenuskriaustumė vienos ar kitos gyvūnų rūšies ir neatsargiai jos nesuvalgytume. Arba, kaip aš pasakiau *Kalambuur* maldoje už maistą: „Gerasis Kūrėjau, saugok gamtą, nes ji mums labai patinka.“

Atsitiktinai knyga buvo baigta kaip tik tuo metu, kai Estija šventė Jūrų kultūros metus. Kultūra, kaip žinome, yra daug platesnė nei įprastai suprantami menai, pvz., opera, tapyba ir t. t. Kultūra taip pat apima tokius dalykus kaip maisto kultūra ir maisto gaminimo menas, o jūrinės kultūros kontekste – ką sužvejojame iš jūros ir kaip valgome. Atsižvelgiant į tai, deja, turime pripažinti, kad, nors save laikome ne tik jūrų, bet ir sausumos bei



miškų tauta, palyginti prastai valgome žuvį. Iš nacionalinių patiekalų galima paminėti sūdytą plekšnę, kuri šiuo metu nyksta, ir „Talino šprotus“, taip pat, be abejo, dėmėtąją plekšnę, marinuotas nėges ir galbūt dar keletą kitų žuvų, pvz., baltąją menkę. Tačiau kultūra, taip pat ir maisto kultūra, nėra sustingusi laike ir erdvėje, tai besikeičiantis procesas, nuolat perimantis geresnių ar blogesnių dalykų iš viso pasaulio. Kažkas panašaus vyko ir rašant knygą, todėl norėtusi tikėti, kad tai ne tik knyga, bet ir kultūros aktas.

Sąmoningai vengėme pernelyg sudėtingų ar daug darbo reikalaujančių valgių ruošimo instrukcijų, nors kai kurių patiekalų, pvz., klasikinio *Bouillabaisse* (prancūziškas žuvų troškiny – *red. past.*), neatsisakėme. Taip pat ir receptai, pagal kuriuos gaminame patiekalus savo žuvų restoranuose, nėra labai tikslius. Taip yra todėl, kad maisto gaminimas namuose ir restorane yra visiškai skirtingi dalykai. Pvz., restorane daug svarbiau yra įvairių priedų paruošimas ir derinimas prie žuvies, taip pat vizualus patiekalo pateikimas, maisto dizainas. Šioje knygoje neskiriame daug dėmesio priedams ir maisto dizainui, bet koncentruojamės į pačios žuvies paruošimą. Tam tikra prasme turinys kartoja: tie patys būdai (pvz., kepimas aliejuje, virimas atvėsintame vandenyje ir pan.) naudojami įvairių rūšių žuvims, tačiau vietoj apibendrinimo juos suskirstėme pagal rūšis: viena vertus, kartojimas yra išminties motina, kita vertus, gaminančiam žmogui lengviau pasirinkti tinkamą paruošimo būdą konkrečiai žuvų rūšiai.

Ši knyga nebūtų tokia, kokia ji yra, jei joje nebūtų daugybės kitų žmonių darbo: informacija surinkta beveik iš visų estų kalba išleistų knygų apie žuvis ir žuvų mokslininkų Ervino Pihu, Aleksejaus Turovskio, Neeme-Õnneleido Mikelsaaro, Leili Järv, Toomo Saato, Evaldo Ojaveerio, Jaako Tamberso, Meelio Tamberso, Reino Järvekülgo, Ivaro Veldre, Marto Kanguro, Aino Järvalto, Heli Špilevo

ir kitų straipsnių. Žuvų legendos daugiausia paimtos iš Mallès Hiimäe tyrimų. Be abejo, buvo tyrinėjamos ir tokių autorių kaip Peeterio Kardo, Hanno Kasko, Tiinos Nuuter, Selmos Vitsur, Laine'o Remmelgaso, Marto Vabaro ir kitų knygos apie žuvų patiekalus.

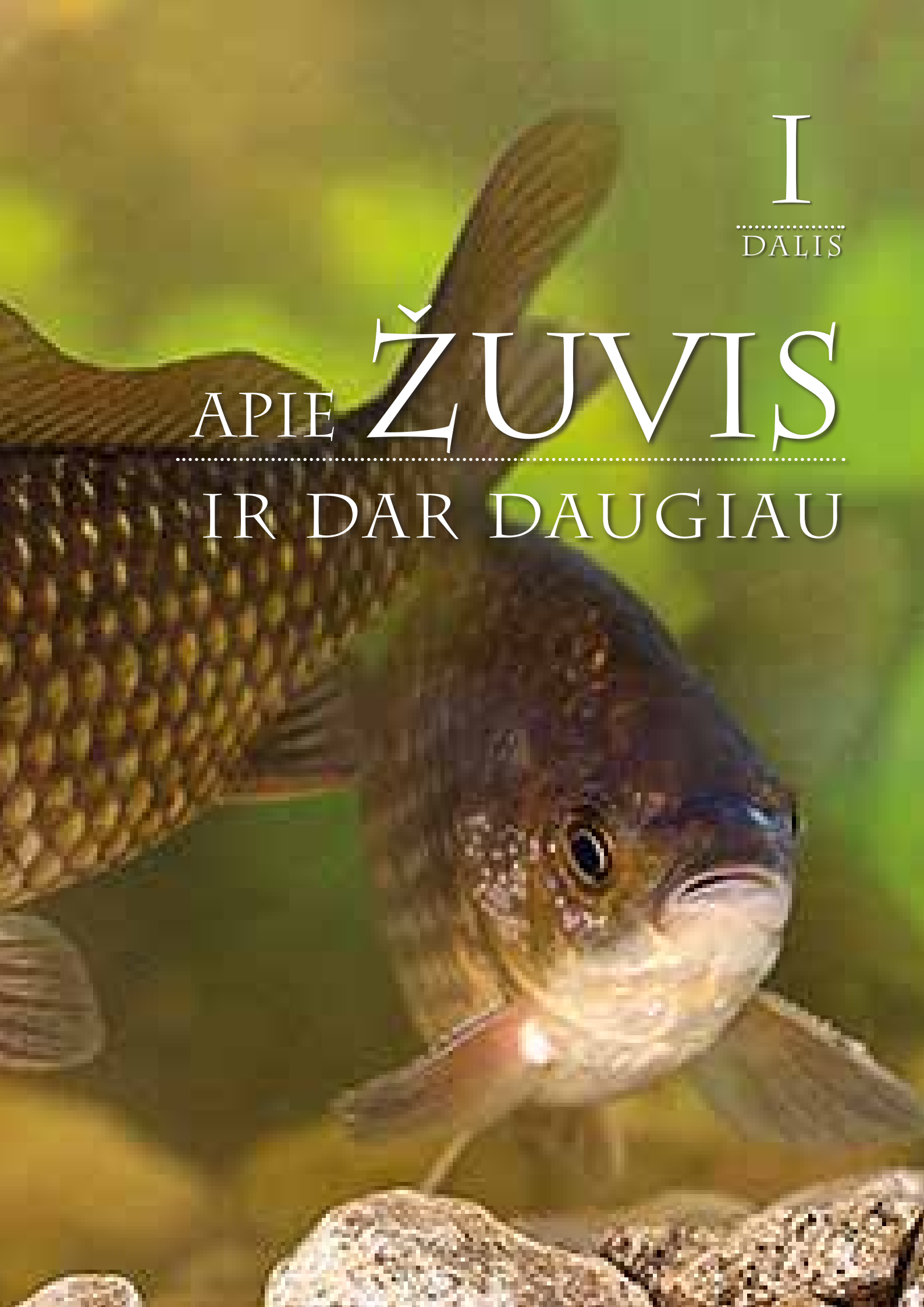
Knygoje ne kartą cituojamas rusų žvejybos klasikas Leonidas Sabanejevas, taip pat pateikiama nemažai netikėtų ir įdomių receptų iš daugiau nei šimtmečio senumo Jaano Koore'o kulinarinės knygos. Informacijos apie nevie-tines žuvų rūšis dažnai galima rasti internete, daugiausia *FishBase* portale. Tačiau knygoje dažnai nenurodoma, iš kur gauta informacija – tai ne mokslinė monografija, o pasakojimas apie žuvis. Visgi žvejų pasakojimus dažnai lydi nemažai spėlionių. Tačiau šioje knygoje to nėra. Arba beveik nėra. Na, gal šiek tiek.

Ypač dėkojame tiems, kurie tiesiogiai dalyvavo rengiant šią knygą. Tiitas Huntas maloniai leido mums naudoti savo nuotraukas, kuriose užfiksuotos Estijos vandenyse augančios žuvis; daugelį patiekalų nufotografavo Jüri Seljamaa. Anneliis Aunapuu skyrė daug laiko ir pastangų knygos dizainui ir maketavimui, tačiau jos vaidmuo knygoje yra daug didesnis nei vien dizaino darbas – ji tiesiog gyveno ir kvėpavo žuvimi, kol tekstas virto knyga, ir nors jos vardo nėra ant viršelio, širdyje laiku ją knygos bendraautore. Tai Saluvee pasirūpino, kad knygos kalba būtų ir graži, ir taisyklinga. Ačiū!

Daugelį šios knygos nuotraukų padarėme aš ir Karelai. Atleiskite, jei jos ne visada yra meniškos ir techniškai nepriekaištingos – fotografijos srityje vis dar esame mėgėjai. Keletą nuotraukų teko paimti iš interneto, bet stengėmės, kad jos būtų viešai prieinamos, ir tikėjomės, kad likusio gyvenimo nepraleisime teisme.

Galime tik palinkėti knygai aukšto ir sklandaus skrydžio bei laimingo nusileidimo ant skaitytojų stalo – *mütake!*





I
.....
DALIS

APIE ŽUVIS
.....
IR DAR DAUGIAU



ŽUVŲ PASAULIS

Pasaulyje aprašyta 31,3 tūkst. žuvų rūšių (2010 m. duomenimis), o žuvis sudaro pusę visų stuburinių gyvūnų (iš viso 62 305 rūšys). Palyginimui, varliagyvių yra 6 433, roplių – 9 084, žinduolių – 5 490, paukščių – 9 998. Tačiau dar toli gražu ne visos žuvų rūšys atrastos – Amazonės baseine aptinkama vis naujų žuvų, nežinomos rūšys nuolat išneria iš vandenyno gelmių.

Estijos vandenyse gyvena 73–77 žuvų rūšys. Šis skaičius nėra tikslus, nes kai kurių rūšių žuvų neįmanoma nustatyti, ar jos yra egzotinės mūsų vandenų viešnios, ar retos nuolatinės gyventojos, kurios, gali būti laikomos vietinėmis žuvimis (ožkos (karpžuvių rūšis), perpelė ir kt.).

Palyginimui, Suomijos vandenyse iš viso užregistruotos 97 žuvų rūšys, iš kurių 18 yra vietinės (pvz., peledės, karpiai ir kt.), o 19 – dirbtinai įveistos (eršketai, skumbrės ir kt.). Taigi mūsų šiaurinių kaimynų vietinių žuvų

rūšių skaičius ir gausa maždaug tokia pati kaip ir mūsų. Panaši padėtis ir Latvijoje bei Lietuvoje, kur 70 rūšių laikomos vietinėmis.

Pasakysime tik tiek, kad nei mūsų, nei kaimyninių šalių žvejybos ištekliai nepasižymi rūšių gausa: čia gyvena vos 0,25 % pasaulio žuvų rūšių.

Iš esmės visos mūsų žuvis valgomos, tačiau yra keletas rūšių, kurių nevartojame maistui, nes jos mažos, kaulėtos arba jų yra nedaug (pvz., trispyglė dyglė, devynspyglė dyglė, didžioji adatžuvė ir kt.). Kai kurios

žuvų rūšys yra pusiau valgomos – jų dažniausiai atsikratome dėl atstumiančios išvaizdos (pvz., paprastoji gyvagimdė vėgėlė, jūrų rūpužė) arba kaulų gausos (paprastoji raudė, pūgžlys (ežgė)), tačiau galime labai nustebti, kai paragausime, kokia skani rūkyta vėgėlė ar pūgžlys.

Labiausiai vertiname tas žuvis, kurios yra didelės ir riebios (arba bent jau gana didelės ir riebios), pvz., lašišas, upėtakius, karšius, lydekas, starkingus, silkes, kilkes ir kt. Taip siekiame racionalumo: netikslinga eikvoti energiją

gaudant ir ruošiant mažą, liesą žuvį, kai tas pats darbas duotų daug daugiau kilokalorijų doruojant didelę žuvį. Tačiau mūsų požiūriu negalima paaiškinti vien pragmatizmu: pvz., ungurys, kuris, nors yra didelis ir labai riebus, iki XX a. pradžios buvo laikomas nešvari. Šiuo metu mūsų vandenyse vis dažniau aptinkami grundulai, kuriuos žvejai labai keikia, nors tai yra gera žuvis.

Požiūrį į žuvis lemia ne tik jų maistinė vertė, bet ir mūsų istorija, kultūra ir tradicijos.

KAI KURIE ESTŲ ŽUVŲ PATIEKALAI

Žuvis čia valgoma nuo seniausių laikų. Tarp seniausių radinių, priklausančių vadinamajai Kundos kultūrai, yra metro ilgio lydekos, sugautos žvejojant ietimi, skeletas. Ji rasta didelio ežero, kuris kadaise buvo Kunda, dugne – lydeka, matyt, paspruko nuo žvejo ir dingo giliame vandenyje prieš nudvėsdama. Žvejo nelaimė tapo archeologų laime.

Nors aplink Estiją yra daug jūros, mes esame ne jūros, o miško žmonės: pakrantėje apsigyvenome visai neseniai, tik XIII a. Tiesa, net ir būdami miško gyventojai, mes pasirinkome savo gyvenamąsias vietas taip, kad upė ar ežeras visada būtų šalia. Kai pradėjome dirbti žemę ir auginti gyvulius, persikėlėme nuo vandens pakrančių į derlingesnes dirvas ir ankstesnių maisto rinkimo būdų svarba sumažėjo, tačiau žvejyba išliko daug svarbesnė nei žemdirbystė ar medžioklė. Upėse iš lazdų buvo statomos užtvaros, o žuvys viliojamos į spąstus. Pavasarį neršto metu buvo gaudomos lydekos, o rudenį žvejojamos lašišos ir upėtakiai, kurie atplaukdavo į upes neršti. Vasarą vykdavo specifinė naktinė žvejyba: nakties tamsoje iš sekliais vandenimis slystančių valčių užmesdavo tinklus ir gaudydavo žuvis pasišviedami deglais. Apie žvejybą žiemą taip pat žinoma nuo seno: plėšriosios žuvys per iškirstas eketes buvo viliojamos nuo neatnaminų laikų.

Švedų ir rusų imigrantai taip pat atliko svarbų vaidmenį formuojantis pakrantės gyventojams. Kildavo daug nesutarimų dėl gyvenamosios vietos, tačiau, kita vertus, kolonistai atvežė naujų žvejybos būdų ir technikos. Pagrindinės jūroje gaudomos žuvys buvo silkės, o vėliau – kilkės, kurias reikėjo žvejoti tam tikru atstumu nuo kranto ir tam tikrame gylyje. Beveik iki XX a. unguriai ir menkės buvo niekinamos dėl savo išskirtinės išvaizdos, o į vėgėles iš viso nebuvo kreipiama dėmesio. Sugaudavo nemažai sykų, kurių patys daug nevalgydavo, bet džiovindavo ir parduodavo rusams kaip pasninko maistą.

Senovėje skirtingų tautų sąveika buvo daug glaudesnė, nei paprastai įsivaizduojame. Tai įrodo daugelio žuvų ir žvejybos įrankių pavadinimų skirtingomis kalbomis panašumas. Paimkime silkę (*silk* estų kalba reiškia sūdytą silkę) ir pažiūrėkime, kaip jos pavadinimas skamba mūsų kaimynų lūpose. Suomų kalba silkė vadinama *silakka*, švedų kalba – *silli*, rusų kalba – *salaka*, latvių kalba – *silke*. Jei turite istorinę klausą, galite išgirsti jūros ošimą prieš šimtmečius.

Antrojo tūkstantmečio viduryje silkės arba sūdytos strimelės tapo pagrindiniu estų gyventojų maistu. Silkė buvo tokia paplitusi, kad estiškas žodis *leivakõrvane* (išvertus būtų „duonos ausys“), kuris dabar apima įvairius valgomus dalykus, kadaise buvo silkės sinonimas.

LYDEKŲ FILĖ



1.
Nupjaukite
galvą



2.
Išilgai
nugarkaulio
nupjaukite
filė



3.
Nupjaukite
filė kitoje
pusėje



4-5.
Iš abiejų filė
pašalinkite
šonkauliukus



6.
Nupjaukite
filė nuo
odos



7.
Rezultatas
toks



KIEK ŽUVYJE MĖSOS?

Skirtingų rūšių žuvų raumenys sudaro skirtingą dalį visos žuvies masės. Žuvies galva, kaip ir kaulai, pelekai ir vidaus organai gali sudaryti labai skirtingą žuvies svorio dalį (10–35 %).

Net vienos žuvų rūšies raumenų dalis nėra pastovi ir kinta ištikus metus, pvz., ankstyvosios vasaros plekšnės yra daug plonesnės ir liesesnės nei rudeninės. Netgi tos pačios rūšies to paties amžiaus žuvų mityba gali būti labai skirtinga. Be to, yra skirtumas tarp gyvenančių laisvėje ir auginamų žuvų.

Todėl neįmanoma tiksliai pasakyti, kiek žaliavos gausime iš žuvies, nors vidurkiai yra pateikiami. Lentelėse pateiktos procentinės dalys neturėtų būti laikomos galutinėmis.

KEPSNIAI

Terminas „kepsnys“ vartojamas apibūdinti skersai perpjautą storesnį gyvulio (galvijo, avies, kupranugario ir kt.) mėsos gabalą, tačiau skersai perpjauti žuvies (dažniausiai

Lašišos
kepsnys



lašišos) gabalai taip pat vadinami kepsniais.

Dažniausiai žuvies kepsnys yra gana storas (2–5 cm) žuvies gabalas su kaulais viduje ir oda aplink, tačiau taip pat gali būti ir žuvies filė.

„DRUGELIS“ („MEDALIONAS“)

Žuvies, daugiausia lašišos, pjaustymo porcijomis būdas. Lašišos „drugelis“ (kartais vadinamas lašišos „medalionu“) gaminamas

Lašišos
„drugeliai“



iš filė – iš filė tiesiog išpjaunamas 4–5 cm pločio kepsnys, tada per vidurį supjaustomas iki odelės, tačiau odelė lieka nepažeista. Kepsnys išskleidžiamas taip, kad oda susilenktų į „drugelio“ vidurį.

Išdarinėta žuvis

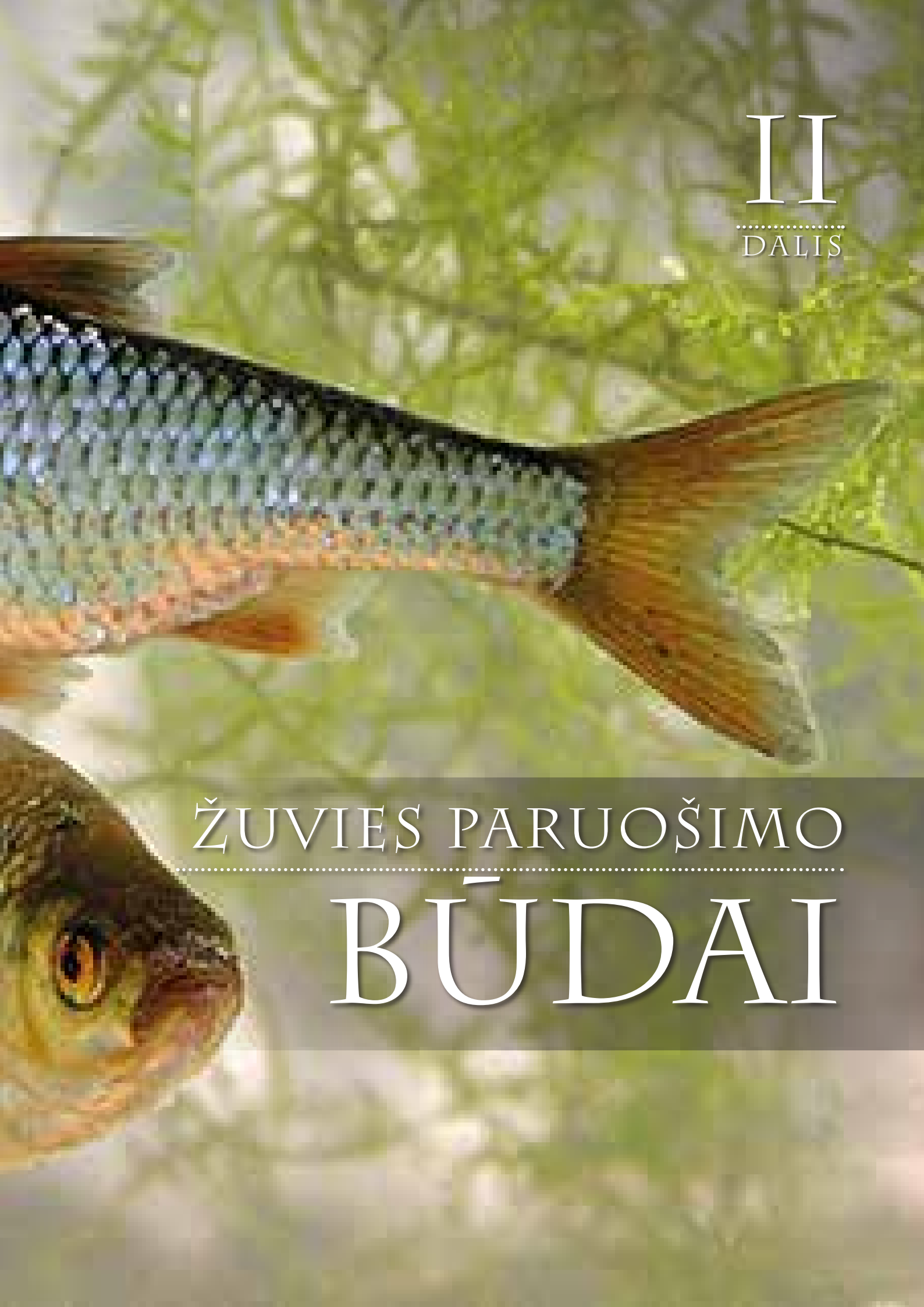
(be vidurių ir galvos)

RŪŠIS	ATLIEKOS	MĖSA
Ešerys	36 %	64 %
Atlanto silkė	20–22 %	78–80 %
Lydeka	42 %	58 %
Paltusas	35 %	65 %
Sidabrinė jūrinė lydeka	33 %	67 %
Karpis	50 %	50 %
Sterkas	35 %	65 %
Karšis	38 %	62 %
Plekšnė	10–21 %	79–90 %
Lašiša	39 %	61 %
Skumburė	33,5 %	66,5 %
Jūrinis ešerys	33,5 %	66,5 %
Silkė	30 %	70 %
Menkė	35–43 %	57–65 %
Vaivorykštinis upėtakis	26 %	74 %

Žuvies filė

RŪŠIS	ATLIEKOS	FILĖ
Ešerys su oda	47 %	53 %
Ešerys be odos	51 %	49 %
Lydeka su oda	54 %	46 %
Lydeka be odos	60 %	40 %
Sidabrinė jūrinė lydeka su oda	47 %	53 %
Sidabrinė jūrinė lydeka be odos	51 %	49 %
Sterkas su oda	49 %	51 %
Sterkas be odos	52 %	48 %
Karšis su oda	54 %	46 %
Lašiša su oda	42 %	58 %
Lašiša be odos	45 %	55 %
Jūrinis ešerys su oda	63,5 %	36,5 %
Jūrinis ešerys be odos	68 %	32 %
Brosmė su oda	58 %	42 %
Brosmė be odos	66 %	34 %
Menkė su oda	54 %	46 %
Menkė be odos	58 %	42 %
Vaivorykštinis upėtakis su oda	39 %	61 %
Vaivorykštinis upėtakis be odos	43 %	57 %





II
.....
DALIS

ŽUVIES PARUOŠIMO
.....
BŪDAI

Naujausias rūkyklos tipas – ELEKTRINĖS DŪMŲ RŪKYKLOS, kuriose nėra „gyvos“ ugnies: norima temperatūra pasiekama elektriniu kaitinimo elementu, o dūmai iš medžio drožlių sukuriami specialiu priedu ir nukreipiami į rūkymo kamerą. Tokios rūkyklos gali būti naudojamos šaltajam, karštajam ir šiltajam rūkymui.

PJUVENŲ DŪMŲ RŪKYKLOS Estijoje pradėjo plisti devintajame dešimtmetyje, jų veikimo principas perimtas iš žuvininkystės ūkių rūkymo cechų. Iš pradžių metalinės dvisienės rūkyklos kėlė nepasitikėjimą, tačiau laikui bėgant jos išpopuliarėjo, nes turi tam tikrų pranašumų, palyginus su įprastomis, – lengva pastatyti ir nereiklios kūrenamai medžiagai. Tokią rūkyklą galite įsigyti parduotuvėje ar pas meistrą ir nereikės sukti galvos, kaip pastatyti ją patiems.

Yra ir trūkumų: kadangi žuvis linkusi lengvai „išvirti“, rūkant reikia neperkaitinti. Prieš uždarydami dureles įsitikinkite, kad žuvis labai gerai išdžiovinta, nes drėgmė negalės išeiti iš rūkymo kameros.

ŽIDINIO DŪMŲ RŪKYKLOS viena nuo kitos skiriasi tuo, ar jose yra dūmtakis ir ar yra šildytuvas.

Dūmtakis, arba kanalas, dažniausiai rengiamas po žeme, bet esu matęs ir dūmtakį iš molinio vamzdžio, kuris buvo žemės paviršiuje. Dūmtakio, arba kanalo, ilgis paprastai 1,5–2,0 m, kanalas gali būti sumūrytas iš plytų, akmenų, cementinių plytelių ir kt. Viename kanalo gale statomas židinytis. Židinio sienelės gali būti išklotos akmenimis, židinytis iš viršaus

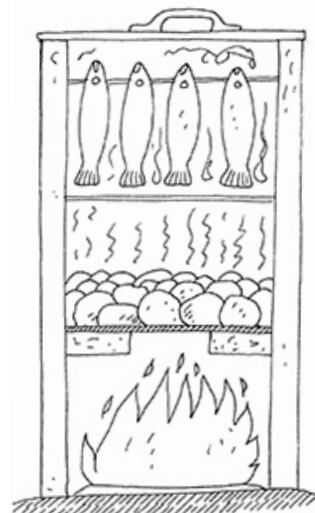


uždengtas, pvz., sena krosnelės metaline dalimi, durims tinka skardos gabalas. Pelenų kamera ir pelenų liukas – jau prabangių rūkyklų konstrukcijų dalis. Kitame dūmtakio gale pastatyta rūkyklos pamatinė siena, matmenys 50 x 50 cm arba 60 x 60 cm.

Ant apatinės sienelės dažniausiai dedamos metalinės grotelės, kad žuvis nenukristų į pelenus rūkyklos apačioje.

Ant metalinių grotelių taip pat galima pastatyti akmeninį šildytuvą. Galima, bet nebūtinai, nes ilgas dūmtraukis atvėsina dūmus tiek, kad karštas oras žuvies tiesiogiai nebedegina. Tačiau rūkyklos su šildytuvais yra pažangesnės: taip išlyginama rūkyklos šiluma – per karšti dūmai atvėsunami, per šalti – sušildomi.

Krosnei be dūmtraukio šildytuvas beveik privalomas. Židinytis įrengiamas pagrindinėje sienoje, o židinio lubos yra tarsi gyvatukas.



Viena iš paprasčiausių rūkyklų – skardinė rūkykla. Ugnis kūrenama statinės apačioje, žuvis pakabinamos statinės viršuje. Rūkymo metu statinės viršus uždengtas.



Šiuo metu plačiausiai naudojamos vadinamosios pjuvenų rūkyklos. Šiluma iš židinio tarp dvigubų sienelių keliauja į dūmtakį ir šildo rūkymo kamerą. Žuvis rūkoma alksnio pjuvenų, supiltų spintos apačioje, dūmais.

Rūkyklose – tiek su dūmtakiu, tiek be jo – ant apatinės krosnies sienelės statoma rūkymo spinta, arba *dūmtraukis*, arba kamera. Ji gali būti pagaminta iš medienos (lentų), tačiau yra krosnių su alavine dėže arba išmūryta iš akmenų. Dūmtraukis uždengtas dangčiu. Žuvį įdėti ir išimti galima nukėlus dangtį, tačiau kamera gali turėti ir dureles – dažnai nuimama viena rūkyklos su medine spinta siena.

KROSNELIŲ SU MEDINE DĖŽE privalumas tas, kad mediena sugeria nuo žuvies išsiskiriančią drėgmę, tačiau trūkumas – medinė dėžė linkusi labai lengvai užsidegti. Akmens krosnelių trūkumas tas, kad akmenys labai lėtai įkaista ir kondensuojasi drėgmė, todėl akmeninę krosnį reikia ilgai kaitinti prieš pradedant rūkyti žuvį; privalumas – nesudega.

Esu dviejų rūkyklų su medinėmis dėžėmis gaisro liudininkas – Vilsandyje sudegė rūkykla su unguriais, o pas mano draugą Tomą kartu su krosnimis sudegė nemažai karšių. Gaisrą sukėlė du veiksniai: 1) du krosnelės degikliai – tai visada blogesnis pasirinkimas nei vienas šildytuvas; 2) nebuvo riebalų indo.



Tomas Vindi netenka rūkyklos

UPINĖ LAŠIŠA (TAIMENIS)

(*Hucho*)



UPINIŲ LAŠIŠŲ šeimą sudaro 4 rūšys. Šios žuvys panašios į palijas. Galva iš šonų šiek tiek suplota, todėl kartais gali priminti

lydeką. Ant kūno yra daug juodų dėmių, todėl iš karto aišku, kad ji priklauso lašišoms. Gyvena Eurazijos upėse.

SIBIRINĖ LAŠIŠA (PAPRASTASIS TAIMENIS)

(*Hucho taimen*)

Angl. *taimen*; vok. *Taimen*; dan. *taimenlaks*; šved. *taimen*; suom. *siperianajokilohi, jokiniერი*; rus. *обыкновенный таймень*.

SIBIRINĖS LAŠIŠOS kūno ilgis siekia iki **200 cm**, svoris gali užaugti iki **105 kg**. Ilgiausia užfiksuota gyvenimo trukmė buvo 55 metai. Nuo dunojinės lašišos skiriasi žandikauliu ir mažesniu dantų kiekiu. Neršto metu kūnas tampa raudonas. Paplitusi visose Sibiro upėse

nuo Indigirkos, taip pat Amūro upės baseine, didžiuosiuose Sibiro ežeruose: Norilsko, Zaisano, Teleckojės, Baikalo. Europoje šios žuvys aptinkamos Kamos, Viatkos, Pečioros upėse. Niekada neplaukia į jūrą. Sibirinė lašiša yra nykstanti, įtraukta į Rusijos raudonąją knygą. Labai vertinamos dėl sportinės žvejybos. Sužvejoto žuvų kiekio duomenų trūksta.



Paprastasis
taimenis

DUNOJINĖ LAŠIŠA (*Hucho hucho*)



Angl. *huchen*, *danube salmon*, *danube*; pranc. *huchon*; vok. *Huchen*, *Donaulachs*; ček. *hlavátka*; dan. *donaulaks*; šved. *huchen*; suom. *tonavanjokilohi*; rus. *лосось дунайский*, *таймень дунайский*, *главатца*.

DUNOJINĖ LAŠIŠA – tai stambi lašišinių šeimos žuvis, gyvenanti Dunojaus ir Pruto

(kairiojo Dunojaus intako) baseinuose. Nugaros, analinis ir pilvinis pelekai paslinkti link uodegos, spalva žalsvai pilka, dažnai pereinanti į rudai raudoną. Šonai šviesesni, pilvas baltas. Nugara ir šonai su juodomis dėmėmis. Patinai rausvi. Dunojinė lašiša – viena stambiausių kalnų upių žuvų, jų ilgis gali siekti iki **150 cm** (standartinis 70 cm), maksimalus užfiksuotas svoris – **52 kg**. Gyvena tik gėlame vandenyje, minta žuvimi. Neršia Dunojaus baseino kalnų upeliuose. Bandymai užveisti dunojinę lašišą Anglijoje (Temzėje) ir kitose Vakarų Europos šalyse nepavyko. Lašišų kiekis upėse mažėja dėl upių taršos ir tėkmės reguliavimo. Lašišų gausą bandoma padidinti jas griežtai saugant ir dirbtinai dauginant.

Laimikis 2012 m. buvo 11 t dunojinių lašišų (Makedonija, Slovėnija, Slovakija). Akvakultūra vystoma Austrijoje, Makedonijoje, Slovėnijoje.

LENOKAS (*Brachymystax*)

LENOKAS – tai atskira lašišinių šeima, kurią sudaro 3 rūšys. Paplitusi Mongolijoje, Sibire, Korėjoje, šiaurės Kinijoje, Japonijos jūroje. Kūno forma

primena syką, kūnas ištęstas, su smulkiais žvynais.



AŠTRIASNUKIS LENOKAS (*Brachymystax lenok*)

Angl. *sharp-snouted lenok*; suom. *lenokki*; rus. *остромордый ленок*.

Palyginti maža burna su smulkiais aštriais dantukais, žvynai smulkūs, tankūs. Kūno spalva priklauso nuo gyvenimo sąlygų, dažniausiai tamsiai ruda, tik su auksiniu blizgesiu, šonai, nugaros ir pilvo pelekai su daugybe tamsių apvalių dėmių. Pilvas baltas. Neršto metu šonuose atsiranda didelių raudonų dėmių. Gyvena Sibiro upėse: Obėje, Kolymoje, pasitaiko Amūre, į Japonijos jūrą įtekančiose upėse bei Korėjos pusiasalyje. Į jūrą

neplaukia. Tai plėšri žuvis: mailius minta zooplanktonu, suaugusios žuvys – vabzdžiais, moliuskais, sliekais, ikras, kitų žuvų mailiumi, varlėmis. Maksimalus ilgis **70 cm**, maksimalus svoris – **8 kg**. Vertinama sportinės žūklės mėgėjų.





LAŠIŠA ANT STALO

Lašišos, upėtakiai ir vaivorykštiniai upėtakiai ant estų stalo atsiduria daug dažniau nei prieš kelis dešimtmečius. Pagal tyrimų duomenis, lašišos ant mūsų stalo aplenkė net nacionalinę mūsų žuvį – strimelę.

Žinoma, tai tapo įmanoma tik todėl, kad šios žuvys gausiai auginamos žuvininkystės ūkiuose, prabangi žuvis tapo įprasta komercinė žuvimis. Taip pat pasikeitė ir kulinarinės tradicijos: mūsų senelių ir močiukių laikais lašiša ar upėtakis dažniausiai būdavo tik stalo puošmena – silpnai sūdytas, o kartais šaltai rūkytas delikatesas, nes kepti ar kitaip paruošti „raudoną“ žuvį prilygo įžeidimui, šiandien įvairiai paruoštą lašišą valgome taip dažnai, kad kai kurie žuvų valgytojai skundžiasi, jog lašišos jiems tiesiog nusibodo.

Daugumai valgytojų net nerūpi, ar jiems siūlomi lašišų, upėtakių ar vaivorykštinių upėtakių kepsniai, nes šių žuvų mėsa labai panašaus skonio ir tekstūros. Visgi šios žuvys turi skirtumų, o pagrindinis – tai riebalai, kurie lašišų ir vaivorykštinių upėtakių mėsoje pasiskirsto nevienodai. Lašišos filė turi daugiau

riebalų tarp audinių nei vaivorykštinis upėtakis, kurio riebalai labiau kaupiasi ant pilvo krašto ir nugaros. Ruošiant filė, nuo pilvo krašto ir nuo nugaros nupjaunamos riebalų juostelės, nes šiuolaikinis dietos besilaikantis žmogus nenori valgyti per riebiai, visgi nuo riebalų kiekio labai priklauso patiekalo skonis – kadangi lašišų raumenyse daugiau riebalų, tai jų mėsa skanesnė. Dėl didesnio riebumo patiekalų gaminimui geriau tinka didesnės ir vyresnės žuvys (tiek lašišos, tiek upėtakiai). Žinoma, tokių žuvų kaina didesnė, nes augintojams reikia daugiau sąnaudų – žuvies auginimas ilgainiui sulėtėja. Visiškai priešingai yra su jūroje pagaunamomis žuvimis, didelės žuvys turi sukaupusios audiniuose didesnę kiekį dioksinų ir sunkiųjų metalų, todėl Baltijos jūroje sugautų lašišinių žuvų valgytojai turėtų būti perspėjami.

ŽUVIES TVARKYMAS

Išpjaustant lašišą, upėtakį ar vaivorykštinį upėtakį, skiriami penki žingsniai.

Po kiekvieno atlikto žingsnio kilogramo kaina pakyla.

A – Pašalinamas stuburas ir šonkauliai.

B – Pašalinami visi pelekai ir pelekų raumenys, pilvo ir nugaros riebalų juostelės.

C – Pašalinama 98–100 % skersinių kaulų. Priekinėje filė dalyje jų būna daugiau nei dvidešimt – iš mažesnių žuvų kaulus galima išimti nagais ar pincetu, iš storesnės filė tenka panaudoti reples, nes žalia žuvies mėsa nėra minkšta. Kartais iš labai šviežios žuvies neįmanoma ištraukti visų kaulų, tada tenka juos užkabinti peiliu ir tiesiog išpjauti.

D – Nuo filė nupjaunamas uodegos galas, kuriame vyrauja vadinamieji raudonieji raumenys, nes jų mėsa prastesnė.

E – Nuo filė nulupama oda.

Jei norite kepti žuvį, tada oda dažniausiai paliekama ir neskutami žvynai – žvynai yra labai smulkūs, gamybos proceso metu jie suminkštėja, juos galima valgyti.

Žuvies gabaliukai su oda ir žvynais naudojami verdant sultinį, bet vėliau sultinį reikia perkošti, kad žvynai ir kaulai, kurie virimo metu atsiskiria nuo mėsos, nesudraskytų gormurio.

Tačiau yra tokių patiekalų, kur žvyneliai ir odos gabalėliai gali trikdyti valgytoją (pyragai su žuvimi, žuvies gabaliukai pyragų įdaruose, žuvies paplotėliai, žuvies kremai ir paštetai, žuvienė su žuvies gabaliukais), tokias atvejas naudojama filė be odos.

Jei turite pakankamai lankstų ir aštrų peilį, atskirti lašišos ar upėtakio filė nėra labai sudėtinga. Peilis turi būti ilgesnis nei vidutinis, su aštriais ašmenimis, nes supjaustyti filė daug lengviau, kai peilio ašmenys yra 10–15 cm ilgesni už filė.

Kartais nuo mažesnės lašišos ar upėtakio nupjaunami didkepsniai, prie kurių paliekamas stuburo gabalas ir šonkauliai. Jie šiek tiek trukdo vėliau valgyti, bet kai kuriems žuvies mėgėjams patinka žuvis su kaulais – estų patarlė teigia, kad *mėsa saldžiausia aplink kaulą, o moteris – žemiau bambos*, jos pirma dalis labai tinka kalbant apie žuvis.

Kepimui skirti lašišų ar upėtakių kepsniai vadinami „drugeliais“ arba „medalionais“: pirmiausia filė su oda perpjaunama skersai 4–5 cm pločio gabalėliais, tada perpjaunama per vidurį taip, kad oda liktų sveika. Tada žuvies gabalas perlenkiamas per pusę kaip knyga, „medalionas“ ar „drugelio sparnai“ susiskleidžia ir keliauja į keptuvę. Daroma ir priešingai: dalis su žuvies oda lieka „medaliono“ išorėje. „Medalionai“ taip pat formuojami iš žuvies filė be odos.



GRAVLAX (PŪDYTOS ŽUVIES) ISTORIJA

Netolimoje praeityje mes perėmėme šį žuvies patiekalą iš suomių, o šie iš švedų.

Iš pradžių švediškas pavadinimas *gravlax* reiškė užkastą mėsą, kitaip sakant, „palaidotą žuvį“ (anglosaksų kalba *grab* reiškia kapą).

Štai ką pasakoja istorikai: senais laikais Švedijos šiaurės rytų pakrantė buvo labai retai apgyvendinta, žvejai turėdavo leistis į ilgas žvejybos keliones. Kad sugrįžę turėtų maisto, jie laimikį tiesiog palaidodavo. Taip darydavo su silkių statinėmis, taip pat elgėdavosi ir su lašiša.

Darydavo taip: iškasdavo metro gylio duobę, dugną išklojo pelkių durpėmis, ant viršaus pabarstydavo susmulkintų kadagio šakelių. Tada padarydavo lanksčius dangčius, ant kurių sudėdavo silpnai pasūdytas lašišas. Ant viršaus uždėdavo nendrių ir kadagių šakų. Tada viską sutvirtindavo vytelėmis, vėl uždengdavo kadagio šakomis, sausomis žolėmis ir viską prispausdavo akmenimis. Duobę uždengdavo eglės šakomis, akmenimis ir užpildavo žemėmis, kad lapės neiškastų žuvų. Toks žuvų kapas būdavo pažymimas ženklų, ant kurio nurodomas šeimininko vardas. Kapą buvo lengva atkasti net per šalčius, o ten esanti žuvis nesugesdavo, nes dėl druskos išsiskyrusios dvokiančios sultys subėgdavo į žemę.

Silpnai pasūdytos lašišos buvo užkastos ir statinėse, panašiai buvo laikomos ir silkės bei kitos žuvis, tai senas receptas, kai žuvis „pūdamos“ (o tiksliau – rauginamos arba fermentuojamos). Tokiu būdu susidaro dvokiančios rūgštys, o kad silkė iš tiesų nesupūtų, užberiama šiek tiek druskos.

Šiandien žuvis neužkasamos, kad „supūtų“ (fermentuotųsi), bet šis senovinis paruošimo būdas vis dar gyvuoja ir „palaidotos žuvies“ pavadinimas neišnyko.



Sūdyta lašiša

Lašišos arba upėtakių filė, rupios druskos, cukraus, (citrininių pipirų, susmulkintų baltųjų pipirų, susmulkintų krapų ir kt.).

Silpno sūdyto esmė yra ta, kad nereikia persūdyti žuvies. Kai esate įgudę, galite berti druskos iš akies, bet pradedantiesiems rekomenduojama: atskirkite lašišos filė, odos nenulupkite. Ant plačios lėkštės paskleiskite tolygų sluoksnį (apie 0,5 cm) rupios druskos ir prispauskite filė oda žemyn prie druskos. Papurtykite filė, kad nubyrėtų druskos perteklius, ir sudėkite į indą aukštesniu kraštu, kad oda būtų ant dugno. Ant viršaus užberkite šiek tiek cukraus (10–25 % druskos kiekio), jei pageidaujate, taip pat užberkite susmulkintų pipirų, kapotų krapų ar pan. Uždenkite indą maistine plėvele ir įdėkite į šaldytuvą.

Po 6–8 val. apverskite filė, kad pusė be odos gulėtų indo dugne ant išsiskyrusių žuvies sulčių. Vėl uždenkite maistine plėvele ir padėkite atgal į šaldytuvą. Palaikykite dar 5–8 val. Sūdyto laikas priklauso nuo filė storio, bet paprastai pakanka žuvį palaikyti pasūdytą per naktį.

Dažniausiai silpnai pasūdyta lašiša patiekama lėkštėje supjausčius plonais griežinėliais. Jei nesuvalgo visko iš karto ir tenka įdėti lašišą atgal į šaldytuvą, ji nebūna tokia skani.

Įprasta valgyti lašišą su duona ir sviestu, bet puikiai tinka ir šalti skrebučiai, galima papuošti citrina ir (ar) žolelėmis (pvz., krapais). Tokia lašiša puikiai tinka su karštomis bulvėmis ir garstyčių padažu.

Garstyčių padažui: 100 ml garstyčių, 50 g cukraus, 50 ml alyvuogių aliejaus, 20 ml acto, vandens, kapotų krapų.

Garstyčias sumaišykite su cukrumi. Nuolat maišydami supilkite pamažu aliejų. Tada įpilkite acto ir tiek vandens, kad padažas būtų tinkamos konsistencijos. Įberkite kapotų krapų. Padažas taip pat puikiai dera su šaltai rūkyta lašiša.





**Agurkų
užkandžiai
su lašišų ikrų**

Sūdyti ikrų

1 kg lašišos ikrų, 50–100 g druskos.

Lašišos, upėtakiai, šlakiai gali turėti daug ikrų, pirmiausia turite išimti ikrus iš žuvies.

Lašišos ikrus nuplaukite šaltu vandeniu, tada užpilkite karštu (60–70 °C) vandeniu ir lengvai pamaišykite su didele šakute arba šluotele, kad ikrų maišelis suplyštų ir ikrų lengviau atsiskirtų nuo juos jungiančių audinių.

Atskirtus ikrus kelis kartus perskalaukite dideliu kiekiu šalto vandens ir suberkite į kiaurasamtį, kad nusaustų. Suberkite į sūdymo indą, užberkite druskos, sumaišykite ir uždenkite indą dangteliu arba maistine plėvele. Druskos kiekis priklauso nuo to, kiek laiko ketinate laikyti žuvų ikrus. Patys skaniausi lašišų ikrų dar būna silpnai parūkyti.

P. S. Šiuo metu sveikatos taisyklės reikalauja, kad žuvų ikrų privalo būti užšaldyti, norint sunaikinti potencialius parazitus. Parduotuvėse parduodamos šaldytos žuvys, kurias reikia atšildyti. Tai galite padaryti patys: leiskite žuvies ikrams lėtai atitirpti vėsioje vietoje, paskui nusauskite sietelyje.

Lašišos tartaras

400 g šviežios lašišos filė (arba upėtakio filė), smulkiai pjaustytas svogūnas, 1 valg. šaukštas citrinų arba žaliųjų citrinų sulčių, 1 valg. šaukštas susmulkintų laiškinų česnakų, 1 valg. šaukštas susmulkintų krapų, 4–6 valg. šaukštai alyvuogių aliejaus, (lašelis vyno acto), druskos, susmulkintų juodųjų pipirų (paprikos, avokado, šviežio agurko).

Lašišos filė supjaustykite mažais gabalėliais. Sumaišykite su visais recepte išvardytais ingredientais. Paprastąjį tartaro variantą sudaro tik lašiša, bet galima receptą papildyti pridėjus paprikos, avokado, agurko ir pan. Jei norite, įpilkite vyno acto. Patiekite šaltą ant šilto skrebučio.

Žuvies tartaras, 73 p.

Kreminis užkandis su šalta rūkyta lašiša

100 g šalta rūkytos lašišos, 200 g kreminio sūrio, 2–3 saulėje džiovinti pomidorai, šiek tiek laiškinų česnakų, 10 krekerių.

Supjaustykite šaltai rūkytą lašišą ir saulėje džiovintus pomidorus smulkiais griežinėliais. Sumaišykite su kambario temperatūros kreminiu sūriu ir įberkite šiek tiek susmulkintų laiškinų česnakų. Suformuokite dviem arbat. šaukšteliais rutuliukus ir uždėkite ant krekerių. Papuoškite laiškiniais česnakais. Patiekite iš karto, nes kreminis sūris šaldytuve sukieta ir skonis pasikeičia.



**Kreminis
užkandis su
šalta rūkyta
lašiša**

Upėtakio karpas su citrina

200 g upėtakio arba lašišos filė, 3 valg. šaukštai citrinų sulčių, 1 valg. šaukštas alyvuogių aliejaus, šiek tiek nutarkuotos citrinos žievelės, 1 valg. šaukštas susmulkintų krapų ir laiškinų česnakų, grūstų juodųjų pipirų, žiupsnelio rupios druskos, žiupsnelio cukraus.

Citrinų sultyse ištirpinkite žiupsnelį druskos ir cukraus, suberkite tarkuotą citrinos žievelę, smulkintus krapus, laiškinus česnakus ir supilkite alyvuogių aliejų. Filė supjaustykite plonais griežinėliais, sudėkite griežinėlius vienu sluoksniu ant lėkštės, patepkite prieskonių mišiniu ir iš karto patiekite. Citrinų sultys žuvį paveikia per kelias minutes.

Jei norite žuvį paruošti iš anksto, pilkite 1 valg. šaukštą citrinų sulčių ir 3 valg. šaukštus aliejaus, kitaip žuvis taps per rūgšti, kol sulauksite valgytojų. Skanu su duona ir sviestu, bet puikiai tinka ir su karštomis virtomis bulvėmis.

Karpas, 74 p.

„Greitas“ upėtakis

1 kg upėtakio filė (lašišos filė, sykų filė), 2 dideli svogūnai, maltų juodųjų pipirų pagal skonį, 2 valg. šaukštai rupios druskos.

Labai šviežią žuvies filė supjaustykite maždaug 1,5 cm storio gabalėliais. Svogūną supjaustykite žiedais. Pabarstykite indo dugną druska, paskleiskite ant filė gabalėlių supjaustytus svogūnus, užberkite druskos ir pipirų. Uždenkite indą su lėkšte ir prispauskite. Įdėkite į šaldytuvą. Palaikykite maždaug 2 val. Galima paruošti ir lauke (žvejybos valtyje): sudėkite į sandarią dėžutę su dangčiu ir 10–20 min. papurtykite (blogiausiu atveju tinka ir plastikinis maišelis), tada galite ragauti. Kartais mėgėjai net nesivargina atskirti žuvies filė, o tiesiog supjausto visą žuvį su oda ir kaulais. Tai geriausias sumuštininių užtepas. Netinka ilgesniam laikymui, nes žuvis tampa per sūri.

„Greita“ žuvis, 72–73 p.

Upėtakių kremas

1 kg upėtakių filė, 1–2 valg. šaukštai tepamo lydyto sūrio, druskos, pipirų, krapų, majonezo.

Pagardinkite filė druska, krapais, pipirais, majonezu ar kitais prieskoniais.

Suvyniokite į foliją ir pašaukite į orkaitę. Kepta žuvis labai skani, bet kremui gaminti nulupkite nuo filė odą, sudėkite mėsą į dubenį, įdėkite 1–2 valg. šaukštus tepamo sūrio ir išmaišykite kremą. Tinka tiek karštas, tiek šaltas variantas, galima sutepinti sumuštinis su duona, skanu su virtomis bulvėmis.

„Uošvės iš Vasos auksinė žuvelė“

350 g upėtakių arba lašišų filė, 100 ml alyvuogių aliejaus, 1 arbat. šaukštelis susmulkintų rausvųjų pipirų, 1 valg. šaukštas jūros druskos, 1 valg. šaukštas cukraus ar medaus, 1 citrinos sultys, 1 valg. šaukštas 30 % acto, 5 susmulkintos skiltelės česnako, krapų, porų ar svogūnų žiedų.

Žuvį supjaustykite plonais griežinėliais. Visus nurodytus ingredientus (išskyrus žuvį) sumaišykite ir paruoškite marinatą. Į pasirinktą indą sudėkite sluoksnį žuvies, užpilkite marinato, užberkite česnako ir porų arba svogūnų, tada vėl dėkite sluoksnį žuvies ir vėl pilkite marinatą. Palaikykite per dieną, geriausias skonis būna po 2–3 dienų, vėliau žuvies skonis užgožia marinatas. Patiekalą laikykite šaldytuve.

Pavadinimo istorija. Suomijos žurnalistas Risto Vuorinenas (Risto Vuorinen), kuriam ilgis metus padėjau organizuoti žvejybos varžybas „Auksinė žuvelė“, kartą atnešė paragauti marinuotų upėtakių, kuriuos paruošė jo uošvė, gyvenusi Vasos mieste. Patiekalas man labai patiko, ir aš pristaciau jį televizijos laidoje, kur tuo metu dirbau ir ketvirtadienio rytais gamindavau žuvies patiekalus. Kai artėjo kitos „Auksinės žuvelės“ varžybos, nusprendžiau pasinaudoti televizijos šefo statusu ir pristatyti patiekalą, kurį pakrikštijau „Uošvės iš Vasos auksinė žuvelė“. Šiuo pavadinimu išleidau receptą savo žvejybos knygoje ir sulaukiau daug padėkos žodžių, kurie turėtų būti skirti tuometinei Risto uošvei.

V. K.



Restorane Kalambur
„Auksinė žuvelė“
siūloma ištisus metus





Kreminė lašišų sriuba

500 g lašišos, upėtakio arba vaivorykštinio upėtakio filė, 2 svogūnai, 5–6 bulvės, 3 morkos, 50 g salierų šaknų, 2–3 skiltelės česnako, 100 g pievagrybių, 300 ml plakamosios grietinėlės, 2–3 laurų lapai, 5–6 juodųjų pipirų grūdėliai, žalumynų, aliejaus, sviesto, druskos, cukraus.

Tai įprastas sriubos variantas, kuris su tam tikrais tobulinimais dažnai siūlomas restoranuose, bet tokia sriuba paplitusi ir namų virtuvėse.

Žuvies filė supjaustykite gabalėliais, užpilkite vandeniu ir užvirkite. Pavirkite ant silpnos ugnies ir nugriebkite putas. Kai žuvis išvirs (po 5–10 min.), išimkite žuvies gabaliukus iš puodo.

Nuvalykite ir susmulkinkite svogūną ir morką, salierą supjaustykite plonais griežinėliais. Nuvalykite ir supjaustykite pievagrybius. Svogūnus pakepinkite su sviestu ir aliejumi, kol taps skaidrūs. Bulves nuskusite ir supjaustykite kashnio dydžio kubeliais. Į žuvies nuovirą sudėkite bulves, svogūnus, salierus ir morkas. Įmeskite kelis laurų lapus, įberkite pipirų, šiek tiek druskos ir cukraus. Pievagrybius pakaitinkite keptuvėje, kol išsiskyręs skystis išgaruos. Jeigu bulvės minkštos, sudėkite pakeptus grybus ir išvirtus žuvies gabaliukus.

Įpilkite grietinėlės, bet nevirkite. Jei reikia, įberkite druskos ir cukraus, įberkite žolelių.

Lašišos sriuba su kokosų pienu

1 kg upėtakis arba lašiša, 2–3 morkos, 2 svogūnai, 3–4 bulvės, 2 saujos ryžių, 2 kiaušiniai, 200 ml kokosų pieno, petražolių, druskos, pipirų, cukraus, laurų lapų, aliejaus, sviesto.

Nuvalykite žvynus, išimkite žiaunas, išvalykite vidurius. Žuvį supjaustykite gabalėliais ir pastatykite virti ant silpnos ugnies su galva, pelekais, uodega, oda ir kaulais. Įdėkite laurų lapą ir įberkite šiek tiek druskos. Pavirkite apie 10 min. ant silpnos ugnies, tada išimkite žuvį. Perkoškite sultinį, kad neliktų nuosėdų.

Morkas ir svogūną supjaustykite kubeliais. Pakepinkite svogūną su aliejumi ir sviestu iki skaidrumo, tada sudėkite morkų kubelius. Bulves supjaustykite kashnio dydžio kubeliais.

Į žuvies sultinį sudėkite morkas, svogūnus, bulves ir suberkite ryžius. Pavirkite. Kai sriuba beveik paruošta, išplakite kiaušinius ir atsargiai maišydami supilkite juos į sriubą. Leiskite kiaušiniui užvirti, tada įpilkite kokosų pieno ir sudėkite iškaulintą žuvį.

Išjunkite ugnį ir pagardinkite sriubą norimais prieskoniais. Įberkite petražolių ir leiskite sriubai pastovėti keletą minučių, tada galite pilti į lėkštes.

Sūdytos lašišos užkandis su avokadu, vasabiais ir ikras

200 g supjaustytos sūdytos lašišos, 2 prinokę avokadaai, 1 arbat. šaukštelis vasabių, ketvirtadalis citrinos, lašišos ikrų, skrudintos duonos.

Nulupkite avokadus, išimkite kauliukus, avokadus sutrinkite dubenyje iki vientisos masės. Į kreminę masę įdėkite vasabių, sumaišykite, paragaukite ir įspauskite citrinų sulčių.

Supjaustykite lašišą pakankamai dideliais gabalėliais. Sudėkite juos į pasirinktą serviravimo lėkštę. Užtepkite ant žuvies gabalėlių avokadų kremo, tada vėl uždėkite žuvies gabalėlį, vėl užtepkite kremo ir papuoškite užkandį su ikras.

Patiekite su skrebučiais.

Rūkytos lašišos suktinukai su rūkytos žuvies kremu

200 g šalta rūkytos lašišos filė, 200 g rūkytos žuvies (ešerio, menkės ir kt.), 4–5 valg. šaukštai majonezo, lašišų ikrų, krapų, skrudintos juodos duonos.

Iškaulinkite rūkytą žuvį, nulupkite odą ir sudėkite žuvies gabalėlius į dubenį. Įdėkite majonezo, sumaišykite ir rankiniu trintuvu suplakite kremą. Įberkite į paruoštą kremą kapotų krapų.

Skrudintą duoną supjaustykite apvaliais gabalėliais (pvz., naudodami vyno taure). Supjaustykite šalta rūkytą lašišą ilgomis kelių centimetrų pločio juostelėmis. Užtepkite kremo ant lašišos juostelių, susukite lašišos juosteles, uždėkite ant paskrudintos duonos, papuoškite lašišų ikras ir krapų šakelėmis.



Kepta lašiša su aromatizuotu sviestu

500 g lašišos arba upėtakių filė, aliejaus ir sviesto.

Aromatizuotam sviestui: 150 g sviesto, 7–8 skiltelės česnako, krapų, druskos, cukraus, (jei pageidaujama, taip pat citrinų sulčių arba tarkuotos citrinos žievelės).

Palaikykite sviestą kambario temperatūroje, kad suminkštėtų. Susmulkinkite česnakus ir smulkiai sukapokite krapus, sumaišykite su sviestu. Pagardinkite sviestą druska ir cukrumi, jei pageidaujate, įpilkite citrinų sulčių arba įtarkuokite citrinos žievelės. Padėkite sviestą ant maistinės plėvelės ir sukite „dešrą“, įdėkite į šaldytuvą, kad sukietėtų. Žuvį supjaustykite porcijomis ir pradžioje pakepkite aliejaus ir sviesto mišinyje pusę be odos, o paskui pusę su oda (taip daroma, kad iš žuvies išgaruotų kuo mažiau sulčių). Į žuvį nedėkite jokių prieskonių – viską, ko reikia, suteiks aromatizuotas sviestas. Patiekdami uždėkite griežinėlių aromatizuoto sviesto ant karšto žuvies gabalėlio ir leiskite sviestui šiek tiek aptirpti. Tokią keptą žuvį reikia valgyti šiltą, kol aromatizuotas sviestas skleidžia skonį.

Kepta lašiša su kaparėliais ir sviestu

500 g lašišos filė, 100 g sviesto, 1 raudonasis svogūnas, 1–2 valg. šaukštai mažų kaparėlių, aliejaus, druskos.

Supjaustykite filė porcijomis. Nuvalykite ir supjaustykite raudonąjį svogūną. Puode ištirpinkite sviestą, sudėkite kaparėlius ir smulkiai supjaustytus svogūnus. Patroškinkite kelias minutes retkarčiais pamaišydami. Pagardinkite druska. Iš pradžių apkepkite tą žuvies gabaliukų pusę, kuri neturi odos. Kai žuvis paruduoja, apverskite gabaliukus ir uždenkite sviestiniu kaparėlių ir svogūnų mišiniu. Kepkite, kol žuvis bus iškepusi.

Marinuota kepta lašiša 1

700 g lašišos filė, 2 valg. šaukštai sojų padažo, 2 valg. šaukštai baltojo vyno acto, 2 valg. šaukštai citrinų sulčių, 2 valg. šaukštai aliejaus, 2–3 arbat. šaukšteliai cukraus, 1 skiltelė česnako, šiek tiek petražolių ir juodųjų pipirų.

Sumaišykite skystus ingredientus, suberkite cukrų, įdėkite suspaustą česnako skiltelę, įberkite kapotų petražolių ir šviežiai sutrintų pipirų. Supjaustykite žuvį porcijomis ir užpilkite marinatu. Įdėkite žuvį į šaldytuvą valandai, žuvies gabaliukus kelis kartus apverskite marinate. Žuvies marinatą nupilkite į atskirą dubenį ir pakepkite žuvies gabaliukus iš abiejų pusių, iš pradžių kepkite pusę be odos, o paskui – su oda. Ant iškeptos žuvies vėl užpilkite marinato.

Patiekite su keptomis bulvėmis ir šviežiomis salotomis.

Marinuota kepta lašiša 2

700 g lašišos filė be odos, 50 ml ananasų sulčių, 50 ml aliejaus, 2 valg. šaukštai sojų padažo, 2 arbat. šaukšteliai burbono (viskio), 1 skiltelė česnako, 2–3 arbat. šaukšteliai rudojo cukraus, pipirų.

Sumaišykite ananasų sultis, aliejų, sojų padažą, viskį, suspaustą česnaką, rudąjį cukrų ir šviežiai maltus pipirus.

Filė be odos supjaustykite porcijomis ir sudėkite į indą. Didžiąją dalį marinato užpilkite ant žuvies (dalį palikite) ir padėkite valandai į šaldytuvą.

Kepkite žuvį iš abiejų pusių, kol įgaus auksinę spalvą, užpilkite ant iškeptos žuvies pasiliktą marinatą ir patiekite.



Skaitykite likusius
633 iš **656** puslapių,
įsigiję šią knygą

www.obuolys.lt

KITI KNYGŲ FORMATAI:



klausykla.lt

**Audio
knyga**



**Elektroninė
knyga**

Viskas apie žuvis –
pradedant nuo to, kokios jos yra,
kur kokios gyvena, kaip jas sugauti ir
galiausiai – ką skanaus iš jų pagaminti. Jūsų
rankose – didžiausia ir išsamiausia kada nors
lietuviškai išleista knyga apie Baltijos šalių žuvis.

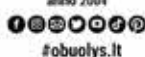
- Susipažinkite su daugiau nei 400 vandens gyventojų! Dažniausiai sugaunamos ir valgomos žuvis, vėžiagyviai, moliuskai. Smulkiau apie pagrindines, ypač Baltijos šalyse sugaunamas ir vartojamas žuvis.
- Daugiau nei 500 receptų! Paprasti receptai pradedantiesiems, įdomūs ir sudėtingi patyrusiems virėjams.
- Daugiau kaip 180 žuvų patiekalų aprašymų! Kas pasaulio žuvis virtuvėje yra kabajaki, foršmakas, jukola ir kiti negirdėti dalykai.
- Daugiau nei 70 instrukcijų! Kaip ir ką daryti, kad žvejyba vyktų sklandžiai, o sugauta žuvis veltui neprarastų nė gramo.
- Išsamūs paruošimo būdų apžvalga: nuo paprastų jūros lydekų ir sūdytos žuvies iki žuvies kremų ir šaltų sriubų.
- Ir dar daug daugiau: mitai, tikėjimai ir prietarai, tradicijos. Įdomioji istorija ir unikalūs autoriaus pasakojimai apie žvejybą ir virtuvę.

DIDŽIAUSIA IR IŠSAMIAUSIA KNYGA APIE ŽUVIS

Jeigu jus domina vandens gyventojai ir jų pasaulis, mėgstate leisti laiką žvejojami arba gamindami žuvis patiekalus – privalote perskaityti „Didžiąją žuvis knygą“.



OBUOLYS
anno 2004



#obuolys.lt

ISBN 978-609-484-



9 786094 844

www.obuolys.lt

Knygos pigiau, įdomybės ir ištraukos nemokamai

KITI FORMATAI:



Audio
knyga



Elektroninė
knyga

Visiškai detali © Shutterstock

Skaitmeninis žmogus yra greitas

Anguilla anguilla

Salmo trutta fario

Thymallus thymallus

Salmo salar

Oncorhynchus mykiss

Salmo luciperca

Alburnus alburnus

Coregonus lacareti

Cyprinus carpio

Hypomelanus

Tinca tinca

Carassius auratus

Coregonus lacareti

Esox lucius

Esox lucius

Rutilus rutilus

Perca fluviatilis

Abramis brama

Gasterosteus aculeatus

(Knude) Lota lota