Хотите оставить ваш отзыв или поделиться результатом? Напишите в наших группах:

Одноклассники: ok.ru/opencook **ВКонтакте: vk.com/opencook**

Радужная форель, запеченная с тимьяном

16 октября 2012 14:27 · https://open-cook.ru/recipes/raduzhnaya-forel-zapechennaya-s-timyanom



Увидев эту красавицу на прилавке магазина, изящно возлежащую на льду, я влюбилась. Вот так с первого взгляда! Любовь оказалась взаимной и чудная рыбка подарила нам с супругом несколько минут неописуемого восторга, а потом несколько часов сладких воспоминаний о ней.

Для вкусного и сытного ужина понадобилось:

- радужная форель (берите такую тушку, которую сможете осилить)
- несколько веточек свежего тимьяна или немножко сушеного
- 1/2 лимона
- соль

- на гарнир был картофель, запеченный дольками с рыбкой
- оливковое масло, которое прекрасно можно заменить подсолнечным

Нашу красавицу избавляем от чешуи и внутренностей, хорошенько промываем:



Делаем на рыбьей тушке поперечные надрезы с двух сторон:



Лимон нарезаем кружочками, потом разрезаем их на половинки. Часть половинок делим на четвертинки по количеству надрезов с верхней стороны тушки, чтобы потом их туда вставить:



Противень выстилаем фольгой, делаем небольшие бортики, сбрызгиваем оливковым маслом, затем на все это выкладываем половинки долек лимона, примерно по длине нашей рыбки:



Рыбу натираем солью (не перестарайтесь) и кладем на лимоны:



Теперь снимаем листочки тимьяна со стеблей и растираем немножко в руках (или берем сушеный, он вроде бы уже измельченный в пакетиках продается), аккуратно и слегка втираем сею траву в рыбу (с одной стороны вполне достаточно, на мой взгляд):


open-cook.ru Открытая кухня Анны Нечаевой



На гарнир можно использовать картошку, для чего чистим ее и нарезаем небольшими дольками:



Настало время четвертинок лимонных, которые мы вставляем в надрезы, ну и хаотично разбрасываем по противню несколько веточек тимьяна):



Ставим рыбку в духовку, разогретую до 200 градусов, на 20-25 минут (моей рыбке понадобилось 25 минут для того, чтобы приготовится, не пересушите ее):



Вынимаем нашу красоту и вкусно кушаем:





Рыбка оказалось безумно вкусной и не сухой, потому мы даже соус готовить не стали, она и так прекрасно ушла за милую душу:



Приятного аппетита!

