

PSTRĄG Z GRILLA – Grillowanie ryb

Składniki

świeży pstrąg w całości
cytryny
świeży koper
sól
pieprz
czosnek
masło
oliwa

Przygotowanie:

1. Nasze przygotowania zaczęliśmy od oprószenia ryb z każdej strony, solą oraz pieprzem.
2. Odpowiednio przyprawione mięso nadzialiśmy pokrojonymi cytrynami, posiekanym, obranym czosnkiem i garścią świeżego kopru. Solidna porcja każdego ze składników miała za zadanie nadać pstrągom niepowtarzalnego aromatu i prawdziwie śródziemnego klimatu. Na koniec, do środka dodaliśmy odrobinę masła, aby odpowiednio połączyło wszystkie smaki. Jak nieraz wspominałem, tłuszcz to doskonały nośnik – wystarczy, że dodamy jego niewielką ilość do przygotowywanych potraw.
3. Za pomocą silikonowego pędzelka, pokryliśmy pstrągi, cienką warstwą oliwy z oliwek, a następnie ciasno owinęliśmy je papierem do pieczenia.
4. Rzeczą, o której warto wspomnieć jest sposób w jaki wspomniany papier przewodzi ciepło. Dzięki tej metodzie mięso osiąga odpowiedni stopień wysmażenia, bez ryzyka przypalenia. W ten sposób wewnątrz ryb staje się perfekcyjnie miękkie, a skórka chrupiąca.
5. Kiedy oba pstrągi zostały dokładnie zapakowane w papier, ułożyliśmy je na rozgrzanym ruszcie.
6. Aby przez cały czas mieć możliwość kontroli nad temperaturą wewnątrz mięsa, posłużyliśmy się przeznaczonymi w tym celu elektronicznymi termometrami.
7. Do opiekających się ryb wbiliśmy sondę i systematycznie sprawdzaliśmy liczbę stopni wyświetlanych na urządzeniu.
8. Owinięte mięso obracaliśmy na grillu kilkakrotnie, aby równomiernie się opiekło.
9. 15 minut w wysokiej temperaturze sprawiło, że nasze pstrągi osiągnęły idealną temperaturę 63 stopni i były gotowe do podania.

10. Doskonale maślane pstrągi z lekką nutą koperku i cytryny sprawdziły się idealnie w roli obiadu.