

STAŽENÍ RYBY Z KŮŽE

Někdo má rád holky, jiný vdolky a někdo nesnáší na rybě kůži. Pokud máte i vy to neodolatelné nutkání ji odstranit, vězte, že je lépe rybu připravit v kůži a té se zbavit teprve na talíři. Kůže totiž dává masu lepší chuť, zvyšuje jeho šťavnatost a navíc obsahuje rybí tuk, který je pro náš organismus přínosem. Jestliže ale trváte na tom, že prostě tu kůži nesnesete, není nic jednoduššího, než ji stáhnout. Ale nevyhazujte ji! Dejte ji raději vyvařit spolu s hlavou, kostmi a odřezky do vývaru, který pak bude mít mnohem lepší a plnější chuť.

Nejprve rybu zbavte břišních a prsních ploutví. Prostě je odřízněte i s masem a kostičkami, ze kterých vyrůstají, lze ji také odstříhnout nůžkami (05). Odložte je a později použijte do vývaru. Nyní kůži prořízněte tenkým řezem kolem hlavy, podél hřbetu, kolem ocasu a od ocasu k břišní dutině, zkrátka po celém obvodu jedné strany rybího těla. Kůži nožem uvolněte od masa u hlavy na straně břicha, uchopte ji kleštěmi nebo dvěma prsty za pomoci utěrky a silným, plynulým tahem směrem ke hřbetu ji stahujte. Prsty druhé ruky si pomáhejte s uvolněním kůže od masa, abyste zároveň netrhali i svalovinu. Tentýž postup dodržte i na druhé straně.

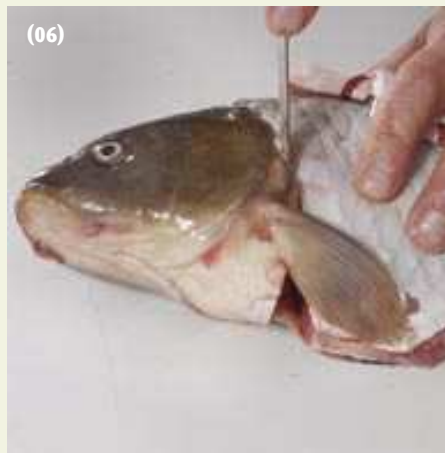


(05)

PORCOVÁNÍ RYBY

Pokud jste se nerozhodli rybu připravit vcelku, máte na výběr několik možností, jak ji dále naporcujete. Lze ji nakrájet na takzvané podkovičky neboli steaky, lze ji seříznout podél páteře na poloviny a pak nakrájet na ploché porce obsahující pouze žeberní kosti nebo můžete tyto rybí poloviny zbavit všech kostí a připravit z nich čisté filety tak, jak je znáte z obchodu.

V každém případě rybě nejdříve odkrojíte hlavu, vykrojíte žábry, vyloupnete oči, řádně ji omyjete a odložíte na pozdější použití. Pokud jste to neudělali spolu se stažením ryby z kůže, tak také odstraňte ploutve (06). Ploutve můžete odstříhnout od těla ostrými nůžkami nebo – a to je nejlepší způsob, při kterém se zbavíme i mnoha drobných kostiček – je z ryby vyříznout. První dva způsoby není potřeba nijak zvlášť popisovat, u třetího se na chvíli zastavíme. Tenkým, a hlavně ostrým nožem obřízněte z obou stran hřbetní a řitní ploutev tak hluboko do svaloviny, abyste uvolnili i kosti, se kterými jsou tyto ploutve spojeny. Potom ploutve vytrhněte i s nimi, ušetříte si tak vybírání mnoha drobných kostiček při konzumaci hotového jídla. Ocasní ploutev odsekněte větším nožem ve vzdálenosti asi 1 cm od jejích prvních vnějších paprsků. Hlavu a všechny odřezky (včetně kůže, pokud jste ji stahovali) použijte do vývaru, aby byl dostatečně silný a chutný.



(06)

Nyní před sebou máte tělo ryby bez hlavy a ploutví a můžete přikročit k vlastnímu porcování.

Pokud budete krájet **STEAKY NEBOLI PODKOVKY**, použijte velký a dostatečně ostrý kuchařský nůž. Steaky krájejte mírně zešikma mezi žeberními kostmi tak, aby kosti zůstaly vcelku (07). Pro konzumenty vašeho konečného kulinářského výtvaru byste nemohli vymyslet nic otravnějšího, než je porce ryby s žebry překrájenými na drobné kousky. Ocasní část ryby seřízněte podle páteře naplocho a odstraněnou páteř přidejte k vyvaření do vývaru.

Pokud jste se rozhodli vytvořit **PORCE PLOCHÉ**, použijte opět velký ostrý nůž a odřízněte celou polovinu ryby i se žebry od páteře. Totéž proveďte i na druhé straně ryby a páteř použijte do vývaru. Poloviny ryby pak podél žebříků nakrájejte na jednotlivé porce tak veliké, jak potřebujete.

Na **FILETOVÁNÍ** ryby, tj. podříznutí a odstranění žeberních kostí, použijte filetovací nůž, který však můžete nahradit jakýmkoliv tenkým a ostrým nožem. Počítejte ale s tím, že filetování chce cvik, takže vaše filety nebudou vypadat jako od profesionála. Máte-li ale chuť na filety, zkuste to. Seříznutou polovinu ryby položte žeberními kostmi vzhůru a od míst, kde byly přirostlé k páteři, je odříznutím odkrojíte od masa.



(07)

Po odstranění žeberních kostí si filet otočte hřbetem k sobě a velkým kuchařským nožem hřbet prokrájejte příčnými řezy hlubokými tak, až ucítíte a uslyšíte křupnutí překrajovaných kůstek. Nedokrajujte, aby se vám maso nerozpadlo! Tyto řezy musí být od sebe vzdáleny maximálně 3 mm. Jen tak docílíte toho, že po tepelné úpravě bude filet vypadat, jako by byl naprosto bez kostí.