Філе тріски під тушкованою цибулею і беконом

Рецепт баварської кухні – ніжне, соковите філе тріски в поєднанні з піджаристим присмаком бекону.

У Баварії часто використовують у стравах поєднання цибулі з беконом, тому навіть рибу готують із цими продуктами, що надає їй особливої соковитості та аромату.

- 800 гр філе тріски
- 5 великих цибулин
- 200 гр бекону
- олія оливкова
- груба морська сіль
- свіжо змелений перець
- лимон

Цибулю почистити і порізати кільцями або півмісяцем. Викласти у глибоку сковороду, додати бекон і трішки олії. Тушкувати на малому вогні протягом 45 хв. Цибуля не повинна засмажуватися, а якби карамелізуватися.

Тим часом філе тріски промиваємо під струменем холодної води, обсушуємо паперовим рушником і розділяємо на 4 порційні шматки.

Коли уже цибуля доходить до готовності, починаємо обсмажувати рибу.

У велику, добре нагріту сковорідку, влити кілька ложок оливкової олії та посипати щіпкою грубої морської солі. Викласти шматки риби і обсмажити до готовності по 5 – 7 хв. з кожного боку, відповідно до товщини філе. Шматки риби обережно перевертати за допомогою широкої лопатки, тому що філе має властивості розвалюватися.

В кінці рибу поперчити свіжим перцем і викласти на таріль. Поверх риби викласти тушковану цибулю з беконом.

Страву можна подавати з різними овочами, особливо смакує зі свіжо відвареною картоплею і лимоном.

Émincés
Gesneden
Lardons
Spekreepjes
fumés
gerookt