“Морський язик” під зеленим соусом

Риба солія, або “морський язик”, вважається однією з найсмачніших риб у світі.

Особливою пошаною вона користується в Європі – важко знайти хороший ресторан, в якому б не пропонувалися страви з неї.

Широку популярність солія здобула завдяки своєму ніжному смаку, а також малій кількості кісток.

- 2 “морських язики”
- 2 столові ложки лимонного соку
- 2 столові ложки нарізаної зелені петрушки
- 100 гр вершкового масла
- борошно, сіль, перець

Підготовити рибу для смаження. Обережно, щоб не вколотися, зрізати ножем гострий верхній плавник. Біля хвоста надрізати шкіру з темного боку риби (інший – світліший) і зняти її у напрямку до голови. За бажанням, голову можна відрізати або залишити. Тоді зняти шкіру зі світлого боку, тепер від голови до хвоста. Випатрати рибу, зрізати менші плавники за допомогою ножиць. Чищену рибу добре промити і обсушити.

У тарілку всипати борошно і запанірувати рибини з обох боків. Струсити зайву муку.

У неглибокій сковорідці розігріти вершкове масло на великому вогні. Помістити рибини на кипляче масло і смажити 5-7 хв з одного боку до золотистої скоринки. Обережно, щоби не пошкодити, перевернути кожну рибину на інший бік за допомогою великої плоскої лопатки і обсмажити. Посолити і поперчити рибу.

Коли риба уже добре обсмажена з обох боків, перекласти її на теплу таріль. На сковорідку, до масла від смаження риби, додати посічену петрушку і лимонний сік. Обсмажити швидко, на великому вогні, впродовж 1 хв, постійно помішуючи. Приготованим соусом полити рибу.

Морський язик подавати із відвареною картоплею та різними, за бажанням, овочами. Наприклад, як на фото, з тушкованим шпинатом.

