

Хе из щуки

Ингредиенты:

Щука (свежая) — 600 грамм
Лук репчатый — 2 головки
Чеснок — 2 зубчика
Масло растительное — 100 грамм
Соевый соус — 3 ст. л.
Уксус (9%) — 50 грам
Перец красный острый — 1/2 ч. л.
Кориандр — 1 ч. л.
Соль - по вкусу

Как приготовить «Хе из щуки»

1. Рыбу помыть и очистить от чешуи.
2. Удалить внутренности, отделить голову и хвост.
3. Разделать на филе. Крупные кости легко удаляются при помощи пинцета.
4. Нарезать филе кусочками 2*2 см.
5. Полить сверху уксусом. Перемешать.
6. Накрыть крышкой или неглубокой тарелкой и оставить на 40 минут.
7. Слить уксус, откинув филе щуки на дуршлаг. Растительное нерафинированное масло вылить на сковороду и перекалить. Залить им рыбу.
8. Добавить в чашку лук, нарезанный тонкими кольцами и мелко нарубленный чеснок.
9. Посыпать соль, перец и семена кориандра (можно немного измельчить).
10. Поливаем качественным соевым соусом.
11. Перемешиваем и оставляем на 30-40 минут.

<http://photoretsept.ru/ryba/he-iz-shhuki>