

Ahju luts forell kõhus

See retsept tuli

siit: <http://www.kalale.ee/sisu/NCw20TIsMjMsMCwx/>

Kõigepealt tarvis üks paari kilone luts, puhastada, jätta pea otsa.

Tollele kõhuöõnde lappida:

- 3-4 apelsiini löiku ja
- 2-3 sidruni löiku

see tehtud, jätta selili kala seisma ja

– löigata fileeks umbes kilone forell. filee löigata ribadeks(1cm laiad) ja maitsestada:

- värske till
- soola-suhkru segu(2/3soola,1/3suhkrut)
- valge pipar.
 - kasta ribad segusse ja kõik ,mis haakub külge, las jääb

asetada forelli löigud lutsule kõhtu(umbeselt täis) ja ömmelda niidiga kõht kokku tagasi, kuni lõpusteni välja. otsida kitsas ja pikk kõrgete servadega ahjupann, määrada võiga ja asetada luts selili pannile. kypsetada ahjus u. 45 minutit 175 kraadi juures. siis võtta välja ja valada yle röösa koorega ja panna uuesti ahju 5-7-meks minutiks. lauale anda vaagnal koos kypsetatud õunte ja ananassilöikudega, lisaks veel kindlasti curry-ga keedetud riis. ilusaid elamusi...