

## Форель малосольная

Добавил(а) Ольга

14.04.09 21:07 - Последнее обновление 03.02.10 07:35

---



### Компоненты малосольной рыбы

### Ингредиенты

- Филе Форели - 300 г
- Соль
- Перец

## Форель малосольная

Добавил(а) Ольга

14.04.09 21:07 - Последнее обновление 03.02.10 07:35

---

- Лук-2 шт
- Маслины, оливки
- Время приготовления 20 мин



### Разделяем рыбу

Отделяем рыбу от костей, нарезаем пластами.



### Солим рыбу

## Форель малосольная

Добавил(а) Ольга

14.04.09 21:07 - Последнее обновление 03.02.10 07:35

---

Солим каждый пласт по вкусу. Если нравится солёная, то больше соли, если нравится малосольная, то меньше.

По вкусу можно добавить перец или любые специи для рыбы.



### Перекладываем в чашу

Складываем филе в чашу и плотно закрываем.



## Форель малосольная

Добавил(а) Ольга

14.04.09 21:07 - Последнее обновление 03.02.10 07:35

---

### Рыба просаливается 1,5 - 2 часа

Чаша фирмы Tupperware имеет герметичную крышку, за счет чего не проходит кислород и рыбка

В чаше рыбка будет долго храниться, сохраняя свою свежесть и вкус.

Через 1,5-2 часа блюдо готово.

Красиво украсить!!!



**Приятного аппетита!**

{kunena\_discuss:17}