


Usoljena i marinirana hama s ciklom i narančom, emulzija od kopra i peršina, salata od mladog luka s bučnim uljem i golicama

 NAČIN PRIPREME
Jednostvna priprema

 VRIJEME PRIPREME
> 60 min

 BROJ NAMIRNICA
15

Sastojci

1 hama
1/2 kg šećera
1/2 kg soli
velika žlica cikle u prahu
1 naranča
šareni papar u zrnu
svežanj kopra
svežanj peršinova lista
svežanj mladog luka
20 g bučinih golica
bučino ulje
2 žlice jabučnog octa
maslinovo ulje
sol
papar

Nutritivne vrijednosti



Recept by chef Melkior Bašić.

Hama je nekad bila vrlo rasprostranjena u Jadranu, a danas je rijedak ulov koji zaslužuje da ga se spremi na poseban način. Hamu očistimo i filetiramo. Izvadimo joj kosti pincetom i uklonimo potrbušne kosti, ali ostavimo kožu. Po mesu naribamo malo korice naranče.

Sol pomiješamo sa šećerom. Dodamo sok od pola naranče, prah cikle, šareni papar u zrnu i dobili smo lijepu smjesu. Dno posude premažemo s malo te smjese, posložimo filete hame i premažemo ostatkom smjese. U hladnjaku držimo 24 sata. Nakon toga izvadimo filete hame i isperemo ih pod hladnom vodom. Nožem režemo tanke dugačke ploške ribe, da ostane samo koža koju bacimo. Ploške ribe posložimo na tanjur.

Kopar i peršinov list razradimo s maslinovim uljem i drugom polovicom soka od naranče u emulziju koju serviramo uz ribu. Emulziju lagano posolimo i popaprimo.

Bundevine golice tostiramo u suhoj tavi dok ne počnu „skakati“. Nakon toga ih sitno nasjeckamo. Mladi luk operemo i narežemo na kolutiće. Začinimo solju, paprom, jabučnim octom i bučnim uljem. Salatu pospemo bundevinim golicama i serviramo uz ribu.

Dobar tek!

Skeniraj za prikaz na web stranici

