Автор: Administrator
10.09.2019 00:00 - Обновлено 10.10.2019 17:55

Кнели – традиционное блюдо французской кухни в виде шариков из мелкорубленого мясного или рыбного фарша. Для рыбных кнелей берут нежирное и клейкое филе щуки или судака, которое смешивают с яйцами и сливками. Полученный полужидкий фарш набирают ложкой (отсюда и характерная форма кнелей), а затем варят в кипятке (но не жарят). Готовые кнели приправляют соусом и сервируют гарниром.

Сегодня мы будем готовить рыбные кнели из щуки под соусом «Бер Блан» (белое масло). Заметьте, что в состав ингредиентов входит ароматный шнитт-лук, который не имеет горечи.
Все перечисленные названия звучат очень экзотично, хотя на деле приготовить это вкусное и диетическое блюдо совсем не сложно.

Ингредиенты для приготовления кнелей:

- филе щуки – 600 г;
- яйца куриные – 2 шт.;
- сливочное масло – 150 г;
- молоко – 100 мл;
- мякиш батона или белого хлеба – 200 г;
- шнитт-лук – 5 г;
- соль – по вкусу;
- молотые специи (мускатный орех, душистый перец, горький красный и черный перец) - по вкусу.

Ингредиенты для приготовления соуса:

- лук репчатый – 1 средняя головка;
- белый винный уксус – 1 ст.л.;
- сливочное масло – 50 г;
- белое сухое вино – 50 мл;
- сок лимона – 2 ст.л.;
- соль – по вкусу.

Ингредиенты для традиционного гарнира:

- корень сельдерея – 1 шт.;
- морковь – 1 шт.;
- лук-порей – 1 шт.

Как готовится рыбный фарш для кнелей

1. Филе щуки нарезать мелкими кусочками.
2. Хлебный мякиш размочить в молоке, отжать и добавить к рыбному фаршу.
3. Размягчить масло, добавить к рыбному фаршу, всё перемешать ложкой.
4. Добавить в фарш яйца, соль и специи. Перемешать всё ложкой, затем перемешать миксером до образования однородной массы. Консистенция фарша для кнелей должна быть мягкой и пышной.
5. Готовый фарш поставить в холодильник на 1 час.

Как приготовить соус

1. Нарезанный мелко лук, вино и винный уксус поместить в небольшую ёмкость и кипятить до тех пор, пока соус наполовину не уменьшится в объёме. Затем дать соусу остыть.
2. Нарезать сливочное масло кубиками. Добавить половину масла в соус и взбить миксером или венчиком до кремообразной консистенции.
3. Поставить соус на слабый огонь, подогреть. Постепенно добавить оставшееся масло, помешивая соус венчиком.
4. В конце нужно посолить соус и добавить в него лимонный сок.
5. Процедить соус.

Как готовятся кнели с соусом и гарниром

1. С помощью двух десертных ложек сформировать шарики кнелей из фарша и

поместить их в кипящую подсоленную воду. Варить 5 минут, затем извлечь из кастрюли и сложить в ёмкость с крышкой, чтоб не остыли.

2. Нарезать овощи для гарнира мелкой соломкой. Отварить до готовности морковь в кипящей подсоленной воде. Затем добавить сельдерей и варить ещё 5 минут. Затем добавить лук-порей и варить ещё 3 минуты.

3. Для подачи на стол берём блюдо. Выливаем туда соус, затем кладём кнели и гарнир из варёных овощей, сверху посыпаем всё мелконарезанным шнитт-луком.