

PEȘTI ROTUNZI

Peștii rotunzi sunt clasificați astfel în mod generic. Fie că sunt pești de apă dulce, fie oceanici, contează mai mult morfologia lor decât conținutul în grăsimi sau habitatul. Această clasificare simplă este foarte utilă, pentru că pe morfologia peștilor se bazează tehnicile de preparare.

Ca pentru toate produsele animale, există două moduri de a procura peștele: fie prin capturarea speciilor care trăiesc în sălbăticie, fie din crescătorii. În prezent, chiar dacă din ce în ce mai mult pește provine din piscicultură, mare parte a speciilor sunt pescuite în habitatul lor natural.

Pentru pescuitul în sălbăticie există mai multe tehnici, de la mari pescadorean pentru pescuit industrial până la pescuitul cu barca. Pescuitul în largul mării presupune nave de mari dimensiuni, cu numeroși marinari la bord și, în plus, implică perioade de pescuit destul de lungi, pentru a rentabiliza costurile investite în această activitate. Acest fapt înseamnă că peștii capturați cu un vas de pescuit industrial sigur nu vor ajunge la vânzare a doua zi după ce au fost prinși...

Vasele mari sunt adevărate uzine de prelucrare a peștilor, după toate normele sanitare în vigoare. Imediat ce este capturat, peștele este decapitat, eviscerat, porționat, uneori filetat, apoi congelat rapid la -40°C, pentru a fi conservat până la întoarcerea în port și la comercializare.

La celălalt capăt al sistemului de pescuit sunt micile bărci pescărești care ies zilnic în larg și aduc pește proaspăt în port.

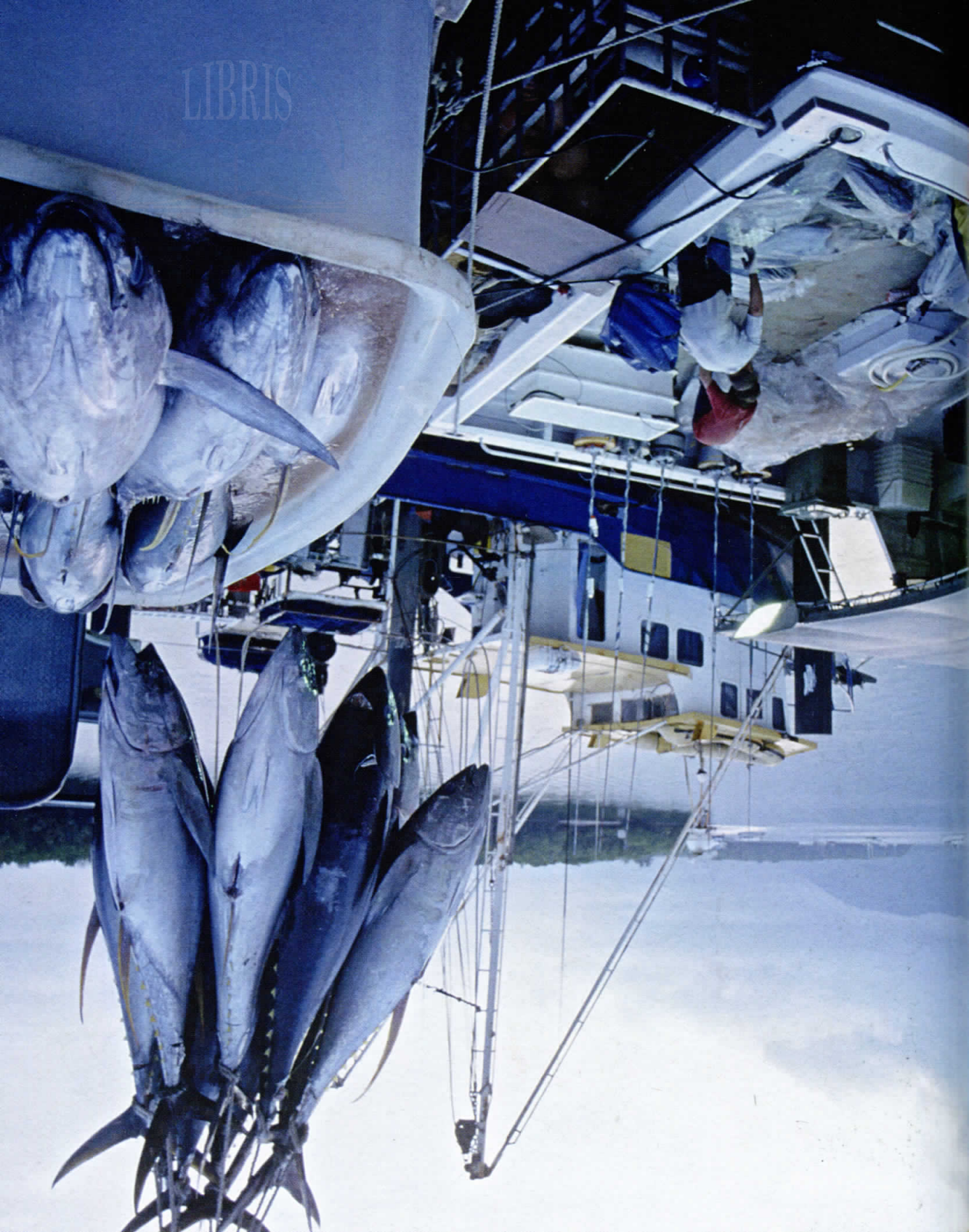
Tehnica pescuitului individual, la undiță, deși puțin eficientă ca volum de pescuit, este cea preferată de toți amatori de pește. În acest fel, peștele nu este afectat de năvoade, este scos din apă imediat și, mai ales, este foarte proaspăt, căci acest tip de pescuit se face, de regulă, aproape de așezările umane. Deși acest tip de pescuit are un cost ridicat, este adesea și o garanție pentru o bună calitate.

În cazul peștelui provenit de la crescătorii, citiți cu atenție informațiile de pe etichete, ca să verificați calitatea acestuia.

BUCĂTĂRIA DE ALTĂDATĂ

Peștele a fost dintotdeauna un aliment foarte apreciat. Dacă pe vremuri era accesibil doar populației care trăia în apropierea coastelor, dezvoltarea mijloacelor de transport și progresele tehnicilor de pescuit și de conservare au făcut ca peștele să ajungă pretutindeni, fiind la mare preț la banchetele regale din toată Europa. De altfel, poate de aici i se trage moartea lui Vatel, bucătar celebru în timpul lui Ludovic al XIV-lea, intrat în posteritate pentru că s-a sinucis deoarece a întârziat livrarea peștelui pentru festinul din ziua respectivă.

LIBRIS





TRUCUL MAESTRULUI BUCATAR
Dacă doriți să preparați un pește în crustă de sare, nu îl curățați de solzi: solzii apară carnea de excesul de sare și vor rămâne lipiți de crustă, putând fi îndepărtați apoi ușor, odată cu pielea.

Printre numeroșii pești oceanici care se găsesc ușor în comerț, trei sunt reprezentativi pentru peștii rotunzi: macroul, merlanul și somonul.

MACROU Acest pește zis și "albastru" are o piele fără solzi. Așadar, este inutil să încercați să îl curățați. În schimb, are sub pielea albastră o membrană transparentă care e bine să fie scoasă, smulgând-o, pentru a avea un pește cu carne delicioasă după ce a fost gătit.

Pescuit din abundență, macroul este un pește care se găsește tot anul. Deși este consumat în special din conservă, merită să fie mâncat proaspăt, pentru că are o carne fermă și foarte gustoasă, demnă de atenția oricărui gurmand.

Gătit la cuptor sau la tigăie, trebuie să rămână moale; nu trebuie gătit prea mult pentru că devine afos.
Posat și răcit într-o supă acidă, reprezintă un antreu delicios.

Dacă, în locul unor specialități japoneze, vreți să mâncați macrou crud, începeți prin a-l congela 24 până la 72 de ore. Macroul conține uneori, ca mai toți peștii sălbatici, un parazit care este distrus prin congelare.

Fileurile de Macrou cu piele Edenia te inspiră să crezi noi rețete. Se pot prepara excelent pe grătar, la cuptor, cu o saramură delicioasă sau chiar în cioră. Pescuit din apele reci ale Pacificului, macroul este un pește foarte sănătos, înțărind sistemul imunitar grație vitaminelor și nutrienților conținuți. Congelarea rapidă este cea mai sigură metodă de conservare, ce păstrează proprietățile peștelui până în momentul consumului. Descoperă mai multe rețete pe www.edenia-foods.ro.

MERLAN Acest pește mic, argintiu, provine întotdeauna din pescuitul oceanic și se găsește ușor în comerț pentru că se pescuiește în cantități mari: se deplasează în bancuri, este foarte ușor de pescuit cu sonarul și, ca urmare, este simplu de pescuit cu năvodul.

În prezent, capturarea lui este reglementată, deoarece specia riscă extincția dacă nu i se acordă atenție.

Disponibil practic tot anul și în toată Europa, oferă o carne fină și cam tare, care place în general tuturor. Mai mult, prețul este relativ modest. Pescuit din abundență și vândut la un preț rezonabil, merlanul este unul dintre peștii cei mai consumați, mai ales sub formă de fileu.

Atenție, merlanul este un pește fragil și, proaspăt, nu rezistă mai mult de două zile; după aceea, carnea se deteriorează foarte repede.

Sunt de preferat peștii întregi, cât mai proaspeți, pe care să îi gătești cu tot cu piele, fie la cuptor, fie în friteuză (simplu și delicios!). Dacă sunteți un pasionat al fileurilor, dați-le prin făină înainte de a le prăji, pentru că acest pește slab este foarte delicat și carnea se usucă foarte repede la gătit. Stratul de făină îl va proteja și veți mânca un pește rumen și crocant la exterior și fraged în interior.



Nu aruncați resturile pe pește (oase, șiră a spinării, aripioare înotătoare) – sunt excelente pentru fonduri (supe limpezi) de pește care vă vor fi utile la sosuri sau la gătit.

Medalionul dezosat este o felie groasă de pește rotund, care poată fi servit într-o singură porție sau în mai multe în funcție de mărimea sa.

SOMON Este puțin cunoscut faptul că somonul face parte dintr-o familie de pești (*Salmonidae*) care grupează circa șaptezeci de specii diferite. Cele mai cunoscute sunt somonul de Atlantic și somonul de Pacific.

Lostrîța este un somon specific bazinului dunărean, drept pentru care este și numită somon de Dunăre (*Hucho hucho*).

Somonul este un pește de talie mare care poate ajunge la 1–1,5 m lungime și 25–30 kg.



Fileurile de Somon norvegian Edenia fac parte din cea mai valoroasă specie de somon din lume – *Salmo Salar*. Au o culoare deosebită și un aspect extrem de elegant datorită tăieturii precise și finisării atente. Cele două fileuri Edenia nu prezintă glazură (gheață), nu au oase și sunt acoperite pe una din fețe cu piele. Acest lucru permite prepararea lor pe grătar. Retete sofisticate și rapide, precum fileul de somon în crustă crocantă de foietaj, fileuri de somon cu buzunar, fileuri de somon blănat în supă, sau chiar cheesecake cu somon și fructe de pădure, le găsești pe

www.edenia-foods.ro

Este unul dintre peștii cei mai consumați la ora actuală, pentru că se crește ușor în ferme piscicole. Dar, dacă somonul de crescătorie se găsește ușor și la un preț relativ rezonabil, somonul sălbatic este pe cale de dispariție: pescuitul excesiv și bolile cauzate de creșterea intensivă nu i-au permis să se reproducă în număr suficient cât să supraviețuiască. Majoritatea țărilor nordice au încă somon sălbatic, dar pescuitul lui este reglementat.

Nu evitați somonul de crescătorie – este foarte gustos; dar, pentru a nu avea nici un dubiu, este recomandat să verificați eticheta roșie prinsă de opercul, care garantează condițiile de creștere și calitatea peștelui.

Somonul se mănâncă crud, gătit, afumat sau marinat, în funcție de rețeta aleasă.

Singurul lucru deosebit de important – ca pentru toți peștii, de altfel, dar cu atât mai mult aici dacă doriți să îl mâncați crud – este să vă asigurați că este proaspăt. Pentru aceasta, discutați cu vânzătorul de pește, explicându-i că doriți să mâncați peștele crud.

Destul de grasă, carnea de somon cere întotdeauna adăugarea unui agent acid, atât la peștele crud cât și la cel gătit, pentru a tăia din conținutul excesiv de grăsimi.



LIPRIS