

Хек жаренный в панировке

Категория: [Вторые блюда](#)

Автор: Kosshechka

Пожарить рыбу довольно просто. Главное следовать основным правилам и тогда у вас получится вкусная нежная рыбка в хрустящей панировке.



Пошаговый рецепт как правильно подарить рыбу хек в панировке.

Нам понадобятся:

- Рыба хек
- мука для панировки
- масло растительное для жарки
- соль



Рыбу вытащите из морозилки и оставьте спокойно размораживаться при комнатной температуре. Когда рыба полностью оттаяет, очистите её и промойте. Просолите рыбку со всех сторон, чтобы мясо хорошо пропиталось солью.



Растительное масло налейте в сковородку и поставьте на большой огонь чтобы оно хорошо прогрелось. Рыбу обваливайте в муке.



Когда масло хорошо разогреется, выложите на сковороду рыбу. Обжарьте хека на среднем огне с двух сторон до образования золотистой корочки.



Готового хека выложите в большое блюдо и подавайте на стол. Вашим близким наверняка придётся по вкусу свежая жаренная рыбка в хрустящей панировке. Приятного аппетита!

