



# Gefilte fisz

TRADYCYJNA FASZEROWANA RYBA

## Wprowadzenie

To jedno z dań darzonych ogromnym sentymentem, kojarzone jest z wielowiekową tradycją kuchni aszkenazyjskiej oraz domowymi zwyczajami. Tradycyjnie – zgodnie z nazwą – była to faszerowana ryba. Obecnie przygotowuje się ją także w formie kulek lub pasztetu. Gefilte fisz podaje się w Szabat, Rosz ha Szana lub Pesach. W zależności od szerokości geograficznej bywa przyrządzana z różnych gatunków ryb dekorowanych plasterkami marchewki.

## SKŁADNIKI (OK. 25 KULEK)

- 1 kg filetów z surowego karpia
- 2 kromki czerstwej chałki namoczonej w wodzie
- 2 - 3 jajka
- 3 łyżki oliwy
- 1 duża cebula
- 2 łyżeczki soli
- 1 łyżeczka ostrej papryki
- 40 - 50 g cukru
- 2 rybie głowy wraz ze szkieletem
- 4 cebule
- 3 średnie marchewki
- 0,75 - 1 l wody
- sól, cukier, czarny pieprz
- chrzan do podania

## Sposób przygotowania

### • Krok 1

Do szerokiego garnka wlej wodę i dodaj wszystkie składniki na sos. Umyj bardzo dokładnie głowy i szkielety ryb. W plasterki pokrój marchewki, cebule w ćwiartki, dodaj przyprawy. Gotuj przez ok. 20 min. Odcedź tak, aby w garnku pozostał czysty wywar (marchewka będzie jeszcze potrzebna do dekoracji).

### • Krok 2

Następnie przygotuj kulki: zmiel mięso ryby, cebulę oraz namoczoną w wodzie i odcisniętą chałkę. Dodaj jajka i przyprawy, dobrze wymieszaj.

### • Krok 3

Mokrymi rękami ulep ok. 25 kulek.

- **Krok 4**

Zagotuj przygotowany wcześniej wywar, zmniejsz ogień i wkładaj kulki jedna po drugiej tak, żeby się nie posklejały. Gotuj na wolnym ogniu przez ok. 25 min.

- **Krok 5**

Ułóż na półmisku każdą kulkę osobno i ozdób plasterkami gotowanej marchewki.

- **Krok 6**

Przechowuj w lodówce, po jednym dniu smak będzie pełniejszy. Podawaj na zimno z sosem i chrzanem.

**Smacznego!**