

INSTRUKCJA PRZYGOTOWANIA RYBY

I. PRZYGOTOWANIE RYBY I MARYNATY

Przygotuj:

- Filet z ryby świeży lub mrożony (mrożony przed marynowaniem rozmrozić). Idealnie sprawdza się dorsz lub inna ryba o białej barwie mięsa bez skóry (temperatura nie wyższa niż +4°C),
 - zimną wodę/lód (50% wody, 50% lodu kruszonego),
 - **marynata do ryby Holly Powder** (opakowanie 150g).
1. Umyj rybę pod bieżącą, zimną wodą i pozostaw do odcieknięcia.
 2. Sprawdź czy nie ma ości. Potnij mięso na porcje **50 - 150g**. Film instruktorzowy na stronie HollyPowder.pl będzie bardzo pomocny.
 3. Odmierz starannie (zgodnie z tabelą poniżej) odpowiednią ilość zimnej wody/lodu oraz marynaty do ryby Holly Powder.
 4. Dokładnie wymieszaj w wodzie marynatę, aby rozpuściły się wszystkie składniki.
 5. Przełóż mięso do miski i zalej przygotowaną marynatą. Obróć rybę w misce kilka razy i pozostaw na min. 1 godzinę w lodówce.

TABELA DOZOWANIA

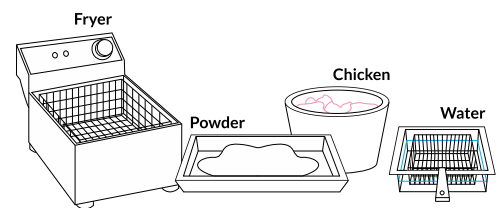
Filet z ryby w kg	Marynata w g	Woda w ml
1	30	600
2	60	1200
3	90	1800
4	120	2400
5	150	3000

*elementy drobiowe przygotuj zgodnie z instrukcją dla stripsów lub skrzydełek.

II. PRZYPRAWIANIE I PANIEROWANIE

Do panierowania potrzebne są:

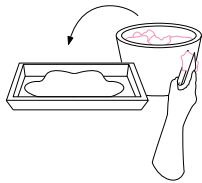
- **panierka Holly Powder,**
- **przyprawa do ryby Holly Powder,**
- pojemnik na panierkę (GN 1/1, 100 - 150mm wysokości lub GN 2/1, 100 - 150mm wysokości),
- pojemnik z wodą (GN 1/2, 150mm wysokości),
- kosz do zanurzania mięsa w wodzie - można użyć jak do frytek (23mm x 21,5mm, 100mm wysokości),
- **UWAGA!** szczytce do przekładania zamarynowanego mięsa między wodą i panierką - aby dłonie pozostały suche,
- siłko do przesiewania panierki.



Przed przystąpieniem do panierowania rozprowadź równomiernie na powierzchni fileta niewielką ilość **przyprawy do ryby Holly Powder**. Dawkuj według uznania. Po przyprawieniu rybę można od razu panierować oraz smażyć.

Film instruktażowy z panierowania oraz więcej informacji na www.hollypowder.pl

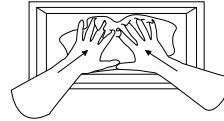
PANIEROWANIE RYBY



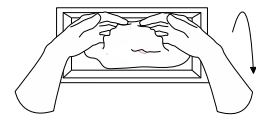
Zamarynowane i przyprawione kawałki ryby przetóż do panierki. Do przekładania mięsa użyj szpiciec, by dłonie pozostały suche.



Rozpocznij panierowanie zgodnie z zasadą ZDP. Zbierz mięso przysypując je panierką. Nie dotykaj mięsa bezpośrednio palcami, zawsze przez panier, aby dłonie pozostały suche.

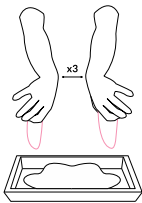


Dociśnij panierkę do mięsa.

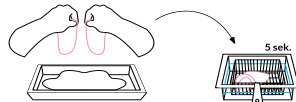


Przerzuc mięso w panierce, aby panier obtoczył rybę z każdej strony. Powtórz zasadę ZDP 6 razy od początku.

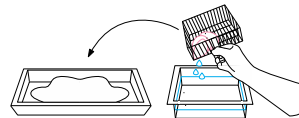
x 6



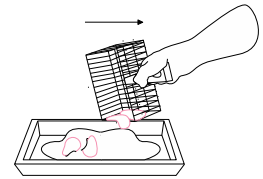
Chwyć delikatnie dwa kawałki ryby za końcówki i strząśnij nadmiar panierki uderzając 3-krotnie nadgarstkami o siebie.



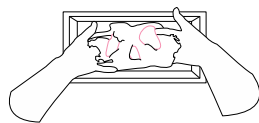
Umieść elementy w wodzie.



Za pomocą kosza przenieś rybę do panierki.



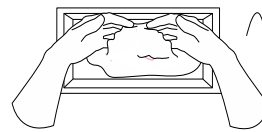
Rozłóż równomiernie elementy w panierce.



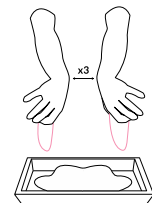
Rozdziel elementy delikatnie unosząc je od spodu. Nigdy nie dotykaj mięsa bezpośrednio palcami, zawsze przez panier, aby dłonie pozostały suche.



Rozpocznij panierowanie zgodnie z zasadą ZP. Zbierz mięso przysypując je panierką.

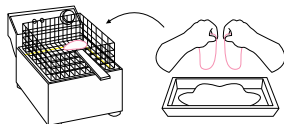


Przerzuc mięso w panierce, aby panier obtoczył mięso z każdej strony. Powtórz zasadę ZP 6 razy od początku.



Chwyć delikatnie dwa kawałki ryby za końcówki i strząśnij nadmiar panierki uderzając 3-krotnie nadgarstkami o siebie.

x 6



Umieść elementy w koszu do smażenia.

UWAGA: Po wykonaniu powyższych czynności w jak najkrótszym czasie włóż kawałki kurczaka do smażalnika.

III.SMAŻENIE

Rozgrzej tłuszcz we frytownicy do 170°C. Ułóż kawałki ryby w koszyku do smażenia, tak aby nie przylegały do siebie. Włóż kosz do frytownicy. Smaż rybę zanurzoną głęboko w oleju. Podawaj bezpośrednio po usmażeniu.

Przybliżony czas smażenia:

- Filet z ryby – ok. 4 min.

UWAGA! Dokładne parametry smażenia ustala się odpowiednio do rodzaju urządzenia.