

**ZUPY RYBNE**

1. **ZUPA RYBNA „ZALEWAJKA”**
2. **ZUPA RYBNA KASZUBIANEK**
3. **ZUPA RYBNA**
4. **ZUPA KREM**
5. **ZUPA RYBNA Z KLUSKAMI PTYSIOWYMI**
6. **ZUPA KREM Z KLOPSIKAMI**
7. **CZECZEWSKA ZUPA RYBNA**

****

1. **ZUPA RYBNA „ZALEWAJKA”**

**AUTOR: KOŁO GOSPODYŃ WIEJSKICH KAMIENICA KRÓLEWSKA**



**Składniki:**

1 kg ryb (płotka, karaś, okoń)

¼ części średniego selera

2 marchewki

1 por- biała część, 1 cebula

1 szkl. kwaśnej śmietany

3 żółtka

ziemniaki z wody

1 łyżka jarzynki

2-3 liście laurowe

3-4 ziarna pieprzu i ziela angielskiego

sok z cytryny

cukier , sól, pieprz

**Przygotowanie potrawy:**

Odpowiednio przygotowujemy ryby: oczyszczamy z łusek, patroszymy, myjemy i osuszamy. Tak przygotowane skrapiamy sokiem z połowy cytryny - odstawiamy.

Do garnka wlewamy 2 l wody, wrzucamy warzywa w całości, przyprawy i ryby - gotujemy.

Po 15 min. od zagotowania wyjmujemy rybę - studzimy i oddzielamy mięso, kroimy w kawałki.

Wywar odcedzamy, wrzucamy ziemniaki z wody, pokrojone warzywa i zagęszczamy śmietaną z żółtkami – całość podgrzewamy- nie zagotowując. Doprawiamy do smaku solą, cukrem i pieprzem.

Na koniec wrzucamy pokrojoną rybę - dekorujemy w salaterkach wg uznania.

1. **ZUPA RYBNA KASZUBIANEK**

**AUTOR: STOWARZYSZENIE KASZUBIANKI**

****

**Składniki:**

5-6 dużych świeżych okoni

2-3 marchewki

1 pietruszka, mały seler, por

świeży koperek

1 szkl. śmietany 30 %

mąka do zagęszczenia zupy

liść laurowy, ziele angielskie

sól, pieprz

**Przygotowanie potrawy:**

Z warzyw i przypraw gotujemy wywar, do którego wkładamy przygotowane ryby i na wolnym ogniu gotujemy ok. 15 min.

Następnie wyjmujemy rybę i warzywa.

Rybę obieramy z ości, marchew kroimy w kostkę i razem z innymi warzywami wkładamy do wazy.

Do wywaru dodajemy wody, zagotowujemy zupę zagęszczając mąką i śmietaną - doprawiamy do smaku. i Całość przelewamy do wazy dekorując posiekanym koperkiem.

1. **ZUPA RYBNA**

**AUTOR: GENOWEFA PRANCZK**

**Składniki:**

1 kg karpia

marchew

seler

por

korzeń pietruszki

15 dkg masła

200 ml śmietany 30 %

2 łyżki mąki

ziele angielskie

liść laurowy

1 cytryna

sól, pieprz

**Przygotowanie potrawy:**

W 3 l wody gotujemy ok. 10 min, pokrojone i przyprawione warzywa. Dodajemy rybę i gotujemy jeszcze 5-6 min. Rybę wyjmujemy, obieramy z ości i kroimy na mniejsze kawałki. Wywar zagęszczamy śmietaną i mąką, dodajemy natkę pietruszki i sok z cytryny. Na koniec dodajemy obraną rybę i doprawiamy do smaku.

1. **ZUPA KREM**

**AUTOR: ELŻBIETA MARCIŃSKA**

**Składniki:**

ryba

koperek

śmietana

pietruszka

marchewka

bagietka

grzanki

sól, pieprz

**Przygotowanie potrawy:**

Odpowiednio przygotowujemy rybę: oczyszczamy z łusek, patroszymy, myjemy i osuszamy.

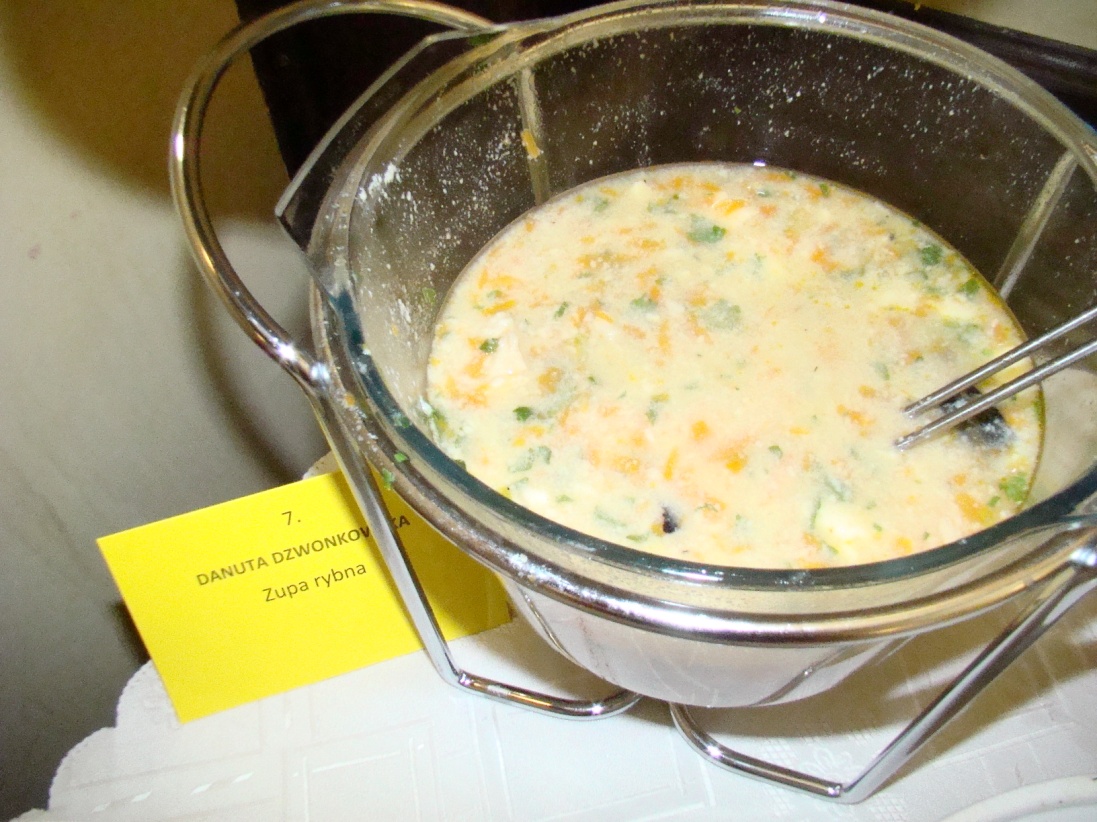
Następnie rybę gotujemy w wywarze z pokrojonych w kosteczkę warzyw.

Po ugotowaniu całość miksujemy na masę- krem.

Dodajemy śmietanę, sól i pieprz do smaku.

Pokrojone w kosteczki grzanki i drobno pokrojoną bagietkę rumienimy na patelni i dodajemy do zupy.

1. **ZUPA RYBNA Z KLUSKAMI PTYSIOWYMI**

**AUTOR: DANUTA DZWONKOWSKA**

**Składniki:**

dowolnie dobrana ryba

kluski ptysiowe

1,5 szkl. mąki tortowej

1,5 szkl. wody

¼ kostki masła

4 szt. marchwi

1 pietruszka

sól

włoszczyzna

6 jajek

**Przygotowanie potrawy:**

Wodę gotujemy bez soli, następnie wrzucamy jedną cebulę opaloną na ogniu, gotujemy ok. 20-25 min. Marchew i pietruszkę startą na tarce wrzucamy do wrzątku i gotujemy do miękkości - wyjmujemy po ugotowaniu.

Do wywaru dodajemy pokrojoną rybę, którą gotujemy na lekkim ogniu bez przykrywki ok. 15 min.

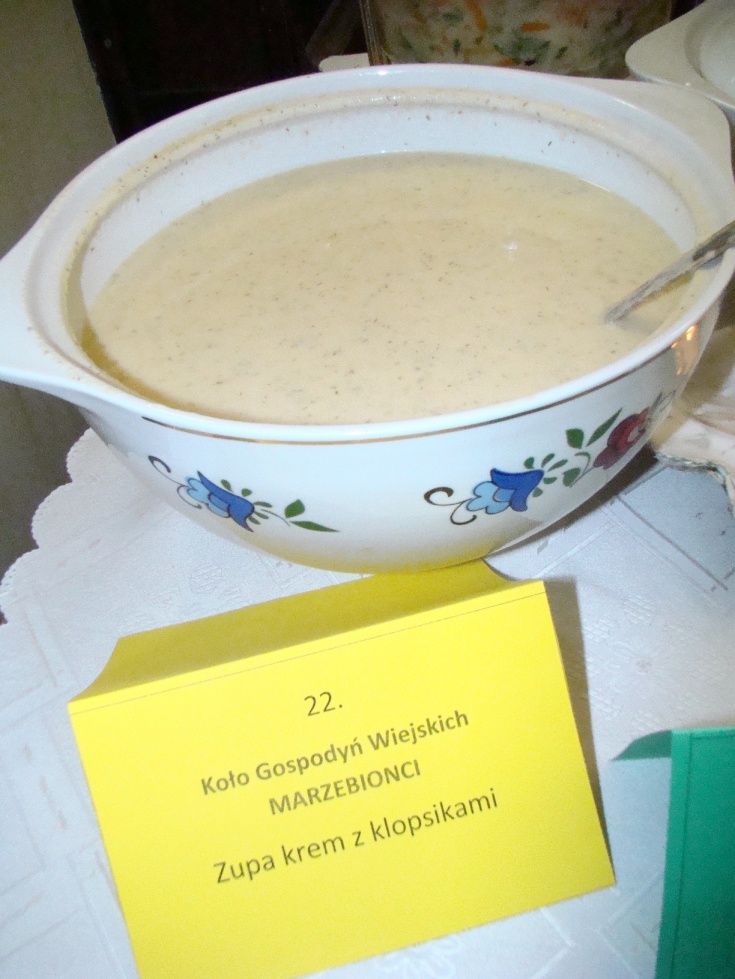
Rybę wyjmujemy, a wywar solimy i kładziemy po trochu kluski.

Zupę posypujemy koperkiem, dodajemy ugotowane warzywa.

Rybę dodajemy do zupy lub bezpośrednio na talerz.

1. **ZUPA KREM Z KLOPSIKAMI**

**AUTOR: KOŁO GOSPODYŃ WIEJSKICH „MARZEBIONCI”**

**Składniki:**

1 kg mieszanych ryb

Włoszczyzna, cebula

cytryna

trochę wina

śmietana 36 %

2 jajka

Koperek, natka pietruszki

bułka tarta

liść laurowy, ziele angielskie

sól, pieprz

**Przygotowanie potrawy:**

Ryby z włoszczyzną i cebulą gotujemy. Potem mielimy: włoszczyznę, cebulę i ryby.

Połowę z masy dodajemy do wywaru. Do pozostałej części dodajemy: zmieloną marchewkę, jajka, bułkę tartą, pokrojoną natkę pietruszki - formujemy pulpeciki.

W niewielkiej ilości czystego wywaru dodajemy: sól, pieprz, listek laurowy i ziele angielskie oraz pulpeciki. Wywar ze zmielonymi składnikami miksujemy i gotujemy. Do wywaru wlewamy sok z cytryny, wino, śmietanę rozklepaną z łyżką mąki, wsypujemy sól, pieprz i koperek- zalewamy pulpeciki.