

روش های طبخ ماهی

روش های مختلفی برای پخت ماهی وجود دارد که بهترین روش بستگی به نوع ماهی، سلیقه شما و همچنین تجربه شما

پخت ماهی دارد. در ادامه به برخی از مهم ترین روش های پخت ماهی اشاره می کنیم:



سرخ کردن

این روش پرطرفدارترین روش پخت ماهی است. برای این کار، ماهی را با نمک و فلفل و سایر ادویه‌ها مانند زعفران و رزماری تند می‌کنند و در روغن سرخ می‌کنند. مهمترین نکته در سرخ کردن ماهی، کم بودن روغن است تا بهترین نتیجه را دریافت کنید.

پخت در فر

این روش برای ماهی‌هایی که بسیار حساس هستند و با پخت در روغن به سرعت خشک می‌شوند، مناسب است. ماهی را با ادویه‌های مورد علاقه خودتان چون پیاز، سیر و لیمو تند می‌کنید و در فر با دمای ۱۸۰ درجه سانتی‌گراد برای ۱۵ تا ۲۰ دقیقه پخته می‌شود.

پخت در آب

این روش به صورت آرام و رو به رشد ماهی را پخت می‌کند. برای این کار، ماهی را در آب نمکی با زعفران، پیاز و سایر ادویه‌ها به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه پخته می‌شود. این روش برای ماهی‌های حساس و نرم مانند سالمون مناسب است.

بخار پز

این روش بهترین روش برای پخت ماهی است که می‌خواهید طعم و مزه ماهی در حداکثر بیاید. ماهی را با ادویه‌های مورد علاقه خودتان مانند زعفران و رزماری تند می‌کنید و در بخارگیر برای ۱۵ تا ۲۰ دقیقه پخته می‌شود. این روش برای ماهی‌هایی مانند کپور، قزل‌آلا مناسب است.

در نهایت، بهتر است قبل از پخت هر نوع ماهی، به مقداری زمان اختصاص دهید تا به طور کامل پخته شود و به دمای مطلوب برسد. همچنین بسته به نوع ماهی و سلیقه شما می‌توانید ادویه‌ها و مواد خوراکی دیگری را برای پخت ماهی استفاده کنید. به عنوان مثال، برای ماهی قزل‌آلا می‌توانید از آرد و سبوس برنج برای روشن شدن رنگ ماهی استفاده کنید و برای ماهی سالمون می‌توانید از عسل و سس سویا برای تزئین و افزایش طعم

استفاده کنید. همچنین بهتر است قبل از پخت ماهی، آن را از مزاحمت‌های موجود مانند استخوان‌ها و پوست‌های غیر قابل خوردن پاک کنید