Ryba w cieście z frytkami. Brytyjski klasyk w domowym wydaniu

Chrupiąca ryba w cieście z frytkami to klasyka brytyjskiej kuchni ulicznej, którą z łatwością przygotujesz w domu. Odkryj przepis na autentyczne fish and chips, które przeniosą Cię wprost na ulice Londynu. Ten łatwy przepis sprawi, że każdy domowy kucharz stworzy idealną wersję tej kultowej potrawy.

Ryba w cieście – składniki

Podstawą udanego fish and chips jest **aksamitne i puszyste ciasto otaczające rybę**. Kluczem do sukcesu jest zimna woda gazowana, która sprawia, że ciasto staje się lekkie i napowietrzone. W brytyjskiej tradycji najczęściej wybiera się dorsza lub mintaja, ale sprawdzą się również inne białe ryby o delikatnym smaku.

Składniki na idealne ciasto:

- 3 szklanki mąki pszennej,
- 1 szklanka zimnej wody gazowanej,
- 1 łyżeczka słodkiej lub ostrej papryki,
- 3 łyżeczki soli,
- 1 łyżeczka pieprzu.

Temperatura oleju ma kluczowe znaczenie dla uzyskania perfekcyjnych rezultatów. **Rozgrzanie oleju do dokładnie 190°C zapewnia chrupiącą powłokę bez przesiąknięcia tłuszczem**. Dzięki temu ryba pozostaje wilgotna w środku, a ciasto zyskuje złocistą barwę i charakterystyczną chrupkość.

Wskazówki dla idealnego smażenia:

- używaj termometru kuchennego do kontroli temperatury oleju,
- smaż porcjami, by nie obniżać temperatury oleju,
- odsączaj usmażone kawałki na papierowym ręczniku,
- natychmiast po wyjęciu z oleju posyp mieszanką przypraw,

Domowe fish and chips – krok po kroku

1. Rozgrzej 8 szklanek oleju w głębokim garnku do temperatury 190°C.
2. Przygotuj mieszankę przypraw – połącz łyżkę soli z połową łyżeczki papryki.
3. Filety rybne (1 kg) dokładnie osusz papierowym ręcznikiem.
4. Pokrój rybę w kwadraty lub paski o szerokości około 2 cm.
5. W misce wymieszaj mąkę z papryką, 3 łyżeczkami soli i łyżeczką pieprzu.
6. Wlej zimną wodę gazowaną i wymieszaj do uzyskania gładkiego ciasta.
7. Kawałki ryby zanurzaj w cieście i smaż 3-4 minuty na złoty kolor.
8. Odsącz z nadmiaru tłuszczu i oprósz mieszanką soli z papryką.

ryba w cieście Fot. Freepik/ rawpixel.com

Ryba w cieście – dodatki

Fish and chips najlepiej smakuje z tradycyjnymi brytyjskimi dodatkami. **Klasyczne połączenie to chrupiące frytki skropione octem słodowym i sos tatarski**. Doskonałym uzupełnieniem będzie również sałatka coleslaw, która doda świeżości i lekkości całej kompozycji.

Propozycje podania:

- z domowymi frytkami lub pieczonymi ziemniakami,
- z klasyczną sałatką coleslaw,
- z sosem tatarskim lub mushy peas (puree z zielonego groszku),
- z kropelką octu słodowego i cytryną.

Pamiętaj, że prawdziwe brytyjska ryba w cieście tradycyjnie podawana jest zawinięta w gazetę. Chociaż dziś ze względów

higienicznych nikt już tak nie serwuje tej potrawy, możesz stworzyć klimatyczny wystrój stołu wykorzystując papier do pieczenia z nadrukiem gazety.

Historia fish and chips – brytyjska tradycja kulinarna

Fish and chips pojawiło się w Wielkiej Brytanii w XIX wieku i szybko stało się narodowym daniem. **Ta prosta potrawa była przystępnym cenowo posiłkiem dla klasy robotniczej**, a podczas II wojny światowej jako jedno z niewielu dań nie podlegała racjonowaniu żywnościowemu.

Dziś w każdym brytyjskim mieście znajdziesz lokale zwane „chippy”, gdzie serwowana jest tradycyjnie ryba w cieście. Przygotowując to danie w domu, przenosisz kawałek brytyjskiej kultury kulinarnej wprost na swój talerz!