Gaļas pārstrāde

GAĻA UN TĀS KVALITĀTE

Gaļa ir ļoti vērtīgs pārtikas produkts, jo satur olbaltumvielas, kas ir dzīvības pamats, taukus, kas kalpo kā enerģijas avots, minerālsāļus, vitamīnus un citas cilvēka organismam nepieciešamas vielas.

Gaļa ir viens no galvenajiem olbaltumvielu avotiem. To saturs gaļā atkarībā no tauku daudzuma ir no 15 līdz 22 procentiem. Ja uzturā maz olbaltumvielu, iestājas tā saucamais olbaltumvielu bads, un diezgan ātri cilvēka organismā rodas slimīgas pārmaiņas.

Pie mums uzturā plašāk lieto liellopu gaļu, cūkgaļu un vistas gaļu, mazāk jēra gaļu, kā arī trušus, tītarus, pīles, zosis. Taču uzturu lieliski var bagātināt arī ar zirgu, nutriju un medījumu gaļu.

Atsevišķi gaļas veidi satur 30–40 % un vairāk tauku. Vērtīgāki ir cūku tauki, jo tie satur visvairāk nepiesātināto taukskābju, tāpēc cūku tauki ir mīkstākas konsistences. Cūku tauki kūst 33–46 °C, liellopu tauki – 44–45 °C, bet aitu tauki 44–50 °C temperatūrā. Ja tauku kušanas temperatūra ir augstāka nekā cilvēka ķermeņa temperatūra, organisms tos slikti izmanto. Tāpēc arī cūku tauki ir vērtīgāki par liellopu un aitu taukiem. Tas attiecināms arī uz cūkgaļu.

Bez pilnvērtīgām olbaltumvielām un taukiem gaļa satur arī ekstraktvielas, kurām nav uzturvērtības, taču tās ēdienam piedod garšu un smaržu un tādējādi veicina kuņģa sulas izdalīšanos

Kakla karbonāde (aukstā kūpināšana)

10 kg cūkgaļas kakla daļas.
Sālījums: *1 l ūdens, 120 g sāls, 10 g cukura, 10 g balto piparu, kadiķogas.*

Atdzesētus karbonādes gabalus kārto traukā. Ūdenī izšķīdina sāli, cukuru. Saberž kadiķogas un piparus, pievieno sālījumam. Gaļai pārlej sālījumu tā, lai gaļa būtu pārklāta. Traukam uzliek vāku un tur 14 dienas vēsā vietā. Pēc tam gaļu no sālījuma izņem un pakārtu āķos divas dienas apžāvē. Tad kūpina pēc aukstās kūpināšanas paņēmiena, līdz iegūst vēlamo krāsu. Kūpināšanas beigās uz skaidām var uzmest sīpolu mizas, kas piešķirs aromātu.

Cūkas sānu gabals mājas gaumē (aukstā kūpināšana)

1 kg cūkgaļas sānu gabala ar ādu.
Sālījums: *1 l ūdens, 100 g sāls un nitrāta maisījuma, 1 tējkarote cukura, 3 tējkarotes saspiestu kadiķogu.*

Cūkgaļas sānu daļu atstāj sālījumā vienu nedēļu. Pēc sālīšanas gaļu apžāvē un vienu stundu kūpina augstā temperatūrā. Tūlīt pēc kūpināšanas gaļu pusotru stundu vāra, atdzesē un vēlreiz kūpina zemas temperatūras dūmos.

Kūpināts sivēns (aukstā kūpināšana)

Trīs četru mēnešu veca sivēna kautķermenis, 800 g sāls, 12 g nitrāta, 10 g lauru lapu, 10 g rozmarīna, 10 g piparu.

Kautķermeni noplaucē ar verdošu ūdeni, notīra. Gareniski pārdala divās daļās, atdala mugurkaulu un, kamēr gaļa vēl nav atdzisusi, ierīvē ar sāls un nitrāta maisījumu. Gaļu izliek uz galda, atdzesē, tad liek kastē, saber ar sāli, garšvielām. Nostiprina stingri vāku un atstāj aukstā vietā 10 dienas. Pēc tam saliek kopā abas pārdalītās kautķermeņa daļas un tur divas dienas zem sloga. Kad sula ir notecējusi, gaļu ar tīru drānu vai marli noslauka un ēnā pāris stundu apžāvē. Tad gaļu ietin papīrā,

sadursta to, lai pa caurumiem iekļūst dūmi, un kūpina 6–8 dienas. Pirms lietošanas sivēnu novāra un pasniedz ar mārrutkiem.

Kūpinātas cūku kājas un galva (karstā kūpināšana)

1 kg cūkas kāju un galvas.
Sālījums: *2 l ūdens, 250 g sāls, 1/2 tējkarotes nitrāta.*

Cūkas kājas un galvu sešas dienas tur sālījumā, tad apžāvē un kūpina augstā temperatūrā pusstundu. Pēc tam liek verdošā ūdenī un pusotru stundu vāra uz ļoti lēnas uguns.

Kūpinātas cūku kājas, ausis un astes (karstā kūpināšana)

1 kg cūku kāju, ausu un astu.
Sālījums: *1 l ūdens, 100 g sāls ar nitrāta piejaukumu.*

Cūkas kājas, ausis, astes rūpīgi nomazgā, notīra un nedēļu tur sālījumā, tad vēlreiz rūpīgi notīra, nomazgā un augstā temperatūrā kūpina 12 stundas.

Kūpināts speķis

Iesālītam speķim nokasa lieko sāli, noskalo siltā ūdenī, 2–3 stundas apkaltē un kūpina biezos dūmos 18–22 °C temperatūrā 24 stundas.

Kūpinājumus 24–28 stundas tur 12–15 °C temperatūrā, lai vienmērīgāk sadalītos kūpinājuma aromāts. Uzglabā tāpat kā sālītu speķi.

Speķis ungāru gaumē (aukstā kūpināšana)

Sālītu speķi 1–2 minūtes plaucē verdošā ūdenī un pārklāj ar maltu sarkano piparu un želatīna šķīdumu, kura temperatūrai jābūt 60–65 °C un želatīna saturam 5%. Speķi kūpina 18–22 °C

temperatūrā 24 stundas. Pēc tam speķi 24–28 stundas tur 12–15 °C temperatūrā, lai vienmērīgāk sadalītos kūpinājuma smarža.

Uzglabāšanas laiks trīs mēneši.

No 10 kg speķa iegūst 9,5 kg kūpināta speķa ungāru gaumē.

Kūpināts speķis ar ķiplokiem un sarkanajiem pipariem (karstā kūpināšana)

1 kg speķa, 1 ķiploka galviņa, sāls, malti sarkanie pipari.

Speķi sagriež nelielos gabalos, no visām pusēm apber ar sāli, liek katlā vai stikla burkā. Pēc 20 diennaktīm sāli notīra, speķi nomazgā aukstā ūdenī un apžāvē.

Kūpina, līdz speķis iegūst zeltainu nokrāsu. Tad katru gabalu bagātīgi apviļā sarkano piparu un ķiploku maisījumā. Uzglabā sausā, aukstā telpā vai ledusskapī.

Kūpināts speķis ar ķiplokiem (aukstā kūpināšana)

10 kg speķa, 1 kg sāls, 3–4 ķiploku galviņas.

Speķi sagriež 10–12 cm platos un 25–30 cm garos gabalos un no visām pusēm ieberzē ar sāli. Trauka dibenā ieber vienu centimetru biezu sāls kārtu, kārto speķi cieši gabalu pie gabala ar ādu uz leju. Katru kārtu apber ar sāli tā, lai speķis būtu pilnībā nosegts.

Trauku nosedz ar pergamenta papīru un tur 20 diennaktis. Speķis bieži jāapgroza un jāaplaista ar izveidojušos šķidrumu. Iesālīto speķi nomazgā siltā ūdenī un pakarina apžāvēšanai uz vienu diennakti. Tad speķi ierīvē ar ķiplokiem un pakarina kūpinātavā tā, lai gabali nesaskartos. Kūpina 6–12 stundas 18–22°C temperatūrā, tad vienu diennakti tur labi vēdināmā telpā vai caurvējā.

Jēra gaļas desa ar cūku ausīm

2 kg pustreknas jēra gaļas, 1kg cūku ausu, 100 g sīpolu, 5 g cukura, 5 g maltu melno piparu, 5 g maltu balto piparu, sāls.

Gaļu sīki sagriež, apsāla un tur aukstā vietā 4 stundas. Cūku ausis aplej ar aukstu ūdeni, uzvāra, uzliek katlam vāku un uz nelielas uguns vāra līdz gatavībai, atdzesē, samaļ un samaisa ar jēra gaļu. Sīpolus samaļ un pievieno gaļai kopā ar sāli, pipariem un labi samīca. Masu pilda zarnās un tur vēsā vietā vienu stundu.

Desas karsē 90 °C temperatūras ūdenī pusstundu un kūpina aukstos dūmos vienu stundu.

Brieža gaļas un cūkgaļas desa

5 kg brieža gaļas, 5 kg cūkgaļas, 100 g piena pulvera, 10 g maltu melno piparu, 10 g kaltēta bazilika, sāls.

Brieža gaļu un cūkgaļu liek dziļā traukā, pārkaisa ar sāli un tur aukstā vietā 12 stundas.

Sagatavoto gaļu samaļ caur smalko sietu, pievieno piena pulveri, piparus, baziliku un rūpīgi samaisa. Masu pilda zarnās, tur vēsā vietā vienu stundu. Desas novāra un kūpina aukstos dūmos.

Brieža gaļas un vistas gaļas desa

5 kg brieža gaļas, 2 kg vistas gaļas, 1 kg speķa, 100 g kviešu miltu, 10 g kaltētu pētersīļu zaļumu, 10 g kaltētas kinzas, malti baltie pipari, sāls.

Brieža gaļu sīki sagriež, vistas gaļu un speķi samaļ, pievieno miltus, pētersīļu zaļumus, kinzu, piparus, sāli un samīca.

Masu pilda zarnās un tur vēsā vietā vienu stundu, tad kūpina aukstos dūmos un vāra 30–35 minūtes.

Lāča gaļas desa

3 kg pustreknas lāča gaļas,
500 g lāča tauku, 30 g kaltētu ķiploku, 30 g kaltētu sīpolu,
10 g maltu balto piparu,
6 g maltu melno piparu,
10 g kaltētu pētersīļu zaļumu,
sāls.

Gaļu sīki sakapā, liek dziļā traukā, pievieno sīpolus, ķiplokus, zaļumus, piparus, sāli, samaisa un tur 3–4 diennaktis.

Maisījumam pievieno samaltu speķi, pilda zarnās, veido 20 cm garas desas un 20 minūtes apžāvē.

Desas karsē 80 °C temperatūrā vienu stundu, tad kūpina 12 stundas.

Lāča gaļas desa ar valriekstiem

3 kg pustreknas lāča gaļas,
1,5 kg aļņa gaļas, 1 kg cūkgaļas,
1 kg speķa, 200 g valriekstu kodolu, 25–30 g garšvielu gaļai,
20 g kaltētu pētersīļu zaļumu,
sāls.

Aļņa gaļu un speķi samaļ caur rupjo sietiņu, lāča gaļu sīki sagriež. Visu liek dziļā traukā, apsāla un tur vēsā telpā divas diennaktis.

Valriekstu kodolus saberž, pievieno maltajai gaļai kopā ar garšvielām un zaļumiem un rūpīgi samaisa.

Masu pilda zarnās un tur vēsā vietā vienu stundu, tad kūpina un vāra.

Kūpinātas desas

Kūpinātās desas nevāra. Tās domātas ilgākai uzglabāšanai, var lietot pat pēc vairākiem mēnešiem. Tādēļ kūpināto desu gatavošanā jāievēro īpaši tehnoloģijas noteikumi un prasības izejmateriāla izvēlē.

Gaļai jābūt svaigai. Vislabāk izmantot jaunu un ne visai treknu dzīvnieku gaļu (tikai ne jaunlopu), kuru kautķermeņus 2–3 diennaktis uzglabā nesadalītus vēsā telpā.

Nav ieteicams lietot nekastrētu kuiļu gaļu, mīkstu speķi, kā arī sālītu speķi.

Cūkgaļas desa

2,5 kg liesas cūkgaļas,
7,5 kg vidēji treknas cūkgaļas,
350 g vārāmā sāls, 20 g cukura,
20 g maltu melno piparu,
5 g maltu smaržīgo piparu,
10 g askorbīnskābes,
5 g malta kardamona vai muskatrieksta.

Šīs desas pagatavošanai vēlams izmantot atdzesētu cūkgaļu, t. i., gaļu, kuras muskuļaudi pēc cūkas nokaušanas atdzisuši līdz 0–4 °C temperatūrai. Liesajai cūkgaļai jābūt no pieauguša dzīvnieka. Vidēji trekno cūkgaļu ņem no lāpstiņu daļas ar visu speķi.

Sagatavo kā iepriekšējā receptē. Lieso cūkgaļu sagriež gabalos un iesāla. Vidēji trekno gaļu sagriež 6 mm gabaliņos un iesāla. Sāla 5–7 diennaktis 0–2 °C temperatūrā.

Sālīto lieso gaļu samaļ gaļasmašīnā un mīca ar rokām 20 minūtes, pievienojot garšvielas, pēc tam pievieno sasmalcināto vidēji trekno cūkgaļu un mīca vēl 10 minūtes. Sagatavoto masu emaljētos traukos tur 2–3 diennaktis 0–2 °C temperatūrā. Lai masas virskārta neapkalstu, to pārsedz ar tīru drānu.

Pēc masas izturēšanas to pilda zarnās. Desas pārsien ik pēc 10–15 cm un pakarina 0–2 °C vēsā telpā, kur tur 6–7 diennaktis.

Desas kūpina biezos dūmos, kas rodas, sadegot lapu koku skaidām. Ja temperatūra 18–22 °C, kūpina divas diennaktis, bet, ja temperatūra līdz 30 °C, kūpina vienu diennakti.

Pēc kūpināšanas desas atdziest un nobriest 12 °C temperatūrā, gaisa mitrumu uzturot 75 %. Šādu režīmu uztur 25–30 diennaktis, pēc tam desas ir gatavas lietošanai. No 10 kg gaļas iegūst vismaz 7 kg desu.

Liellopu gaļas desa

7,5 kg liellopu gaļas, 2,5 kg cūkas speķa (skausta gabals), 350 g sāls, 20 g cukura, 7,5 g drupinātu melno piparu, 7,5 g maltu melno piparu, 2,5 g malta kardamona vai muskatrieksta, 10 g askorbīnskābes.

Piemērota labas kvalitātes pieaugušu dzīvnieku atdzesēta vai saldēta gaļa.

Gaļu atbrīvo no kauliem, cīpslām, sausajām dzīslām, skrimšļiem un taukiem, sagriež apmēram 300–400 g gabalos un iesāla. Sālījumā tur 5–7 diennaktis, speķi sāla piecas diennaktis 2 °C temperatūrā. Pēc iesālīšanas nospiež lieko sālījumu.

Iesālīto gaļu samaļ gaļasmašīnā, speķi sagriež 4–6 mm kubiņos. Sasmalcināto liellopu gaļu divdesmit minūtes mīca ar rokām, pievienojot garšvielas. Pēc tam pievieno speķi un turpina mīcīt, līdz rodas viendabīga masa. Masu liek emaljētā traukā 10–15 cm biezā slānī, pārsedz ar tīru drānu un tur 1–2 diennaktis 0–2 °C temperatūrā.

Gatavo masu blīvi pilda zarnās, nepieļaujot gaisa iekļūšanu.

Sagatavotās jēldesas 5–7 diennaktis tur pakarinātas 0–2 °C temperatūrā.

Desas kūpina biezos dūmos divas diennaktis 18–22 °C temperatūrā vai vienu diennakti 30 °C temperatūrā.

Pēc kūpināšanas desas atdzesē un 25 diennaktis briedina 12 °C temperatūrā pie 75 % gaisa mitruma.

No 10 kg gaļas iegūst vismaz 6 kg desu.

Liellopu gaļas un cūkgaļas desa

6 kg liellopu gaļas, 1 kg cūkgaļas, 3 kg skausta speķa, 350 g sāls, 20 g cukura, 10 g maltu melno piparu, 5 g maltu smaržīgo piparu, 10 g askorbīnskābes.

Šī desa nedaudz atšķiras no pārējām. Tās sastāvā ir ļoti maz cūkgaļas. Tā tiek pildīta resnajās zarnās. Palielie speķa gabaliņi veido interesantu rakstu, desu griežot šķēlītēs. Nepieciešama īpaši kvalitatīva gaļa.

Delikateses zilcgaļa

3 kg plaucētu cūku vaigu,
2,2 kg vārītu cūku ādu,
1,3 kg cūku speķa (skausta gabals), 1 kg vārītu cūku mēļu,
0,5 kg cūkas speķa (sānu gabals), 2 kg sālītu asiņu,
250 g sāls, 10 g cukura,
2 g maltu melno piparu,
2 g maltu krustnagliņu,
3 g malta kanēļa.

Zilcgaļa no subproduktiem ar mārrutkiem

1 kg cūkas aknu, 500 g cūkas nieru, 500 g cūkas plaušu, 200 g mārrutku, 200 g baltmaizes, 150 ml ūdens, 100 g cieta siera, kaltētas dilles un pētersīļu zaļumi, sāls.

Nieres mērcē 12 stundas, regulāri mainot ūdeni, nomazgā un vāra trīs stundas. Aknas un plaušas tvaiko līdz gatavībai. Visas sastāvdaļas divas reizes samaļ, pievieno sīki sagrieztus mārrutkus, ūdenī izmērcētu un nospiestu baltmaizi, rīvētu sieru, zaļumus, sāli un rūpīgi izmaisa.

Masu pilda veidnē, uzlej pēc subproduktu vārīšanas atlikušo buljonu, atdzesē un uzglabā ledusskapī.

Cūkgaļas zilcgaļa ar koriandru

500 kg cūkgaļas, 500 g cūku kāju, 500 g cūkas galvas gaļas, 3 ķiploka daiviņas, 10 g kaltēta koriandra, malti melnie un baltie pipari, sāls.

Cūkgaļu tvaiko līdz gatavībai un sīki sagriež vai samaļ. Kājas un cūkas galvas gaļu aplej ar aukstu ūdeni, uzvāra un vāra 3–4 stundas, tad sakapā.

Visas sastāvdaļas samaisa, pievieno caur spiedni izspiestus ķiplokus, koriandru, maltus melnos un baltos piparus, nedaudz buljona un rūpīgi izmaisa.

Masu liek veidnē un atdzesē vismaz četras stundas.Uzglabā ledusskapī.

Liellopu mēļu zilcgaļa

1,6 kg speķa,
1,6 kg vārītu liellopu mēļu,
5 g maltu balto piparu,
5 g rīvēta muskatrieksta,
5 g maltu krustnagliņu, sāls.

Speķi sagriež 2 cm platos gabaliņos un liek kārtām, apkaisot ar rīvētu muskatriekstu, krustnagliņām, pipariem, sāli, un tur aukstā vietā vienu stundu.

Mēles samaļ, sajauc ar speķi, sāli, pilda zarnās un tur aukstā vietā vienu stundu.

Vāra gaļas buljonā trīs stundas, tad tur zem sloga sešas stundas. Uzglabā ledusskapī.

Liellopu gaļas zilcgaļa ar cūku ausīm

1 kg liellopu gaļas,
500 g cūku ausu, 200 g cūkas kāju, 10 g kaltētu diļļu,
10 g kaltētu pētersīļu zaļumu,
malti baltie pipari, sāls.

Gaļu novāra un samaļ, uzkaisa sāli, piparus un tur aukstā vietā divarpus stundas.

Ausis un kājas vāra trīs stundas, atdzesē un gaļu sīki sasmalcina.

Visas sastāvdaļas savieno, pievieno garšvielas, sāli un rūpīgi izmaisa. Masu liek veidnē, pārlej uzsildītu subproduktu buljonu un tur aukstā vietā, līdz zilcgaļa sarecē. Uzglabā ledusskapī.

Cūkgaļas zilcgaļa ar saulespuķu sēklām un melnplūmēm

1 sivēna galva, 500 g cūku kāju,
50 g lobītu saulespuķu sēklu,
150 g melnplūmju, lauru lapa,
melnie graudu pipari, sāls.

Sivēna galvu notīra, sadala, pievieno lauru lapu, piparus, sāli un kopā ar cūkas kājām vāra 2–3 stundas. Atdzesē, notīra gaļu no kauliem un samaļ.

Maltajai gaļai pievieno saulespuķu sēklas, sasmalcinātas melnplūmes, buljonu un rūpīgi izmaisa.

Masu pilda zarnās un vāra uz nelielas uguns divas stundas.

Zilcgaļu atdzesē un trīs stundas tur zem sloga. Uzglabā ledusskapī.

Zivju kūpināšana

Liela daļa iedzīvotāju uzskata, ka zivis ir mazvērtīgākas par gaļu. Taču tas tā nav. Zivju olbaltumvielas nav mazvērtīgākas par gaļas olbaltumvielām. Turklāt cilvēka organisms zivju olbaltumvielas labāk asimilē nekā dzīvnieku olbaltumvielas. Zivju produkti bagātina uzturu ar daudziem mikroelementiem un vitamīniem. Sevišķi daudz zivīs ir joda, mangāna un vara, kuri nepieciešami vielmaiņas procesu normālai norisei.

Zivju kūpināšana, tāpat kā zivju kaltēšana un sālīšana, ir ļoti sens zivju apstrādes veids. Cilvēki jau sen atklāja, ka dūmiem piemīt konservējošs efekts. Mūdienās zinātnieki ir izpētījuši dūmus un atklājuši, ka tie satur baktericīdas vielas: formaldehīdu, gaistošās taukskābes, gvajakolu un tā atvasinājumus, kreozolu, pirogalolu u.c. Tomēr kūpināšana nerada iespēju saglabāt zivis neierobežoti ilgu laiku. Karsti kūpinātas zivis saglabājas īsāku laiku nekā auksti kūpinātas zivis, kā arī stiprāk sālītas zivis.

Zivis samērā viegli nokūpināt mājas apstākļos, jo nav nepieciešamas tehnoloģiski sarežģītas ierīces, īpašas būves vai kurināmais (sk. 8.–22. lpp.).

apžūšanai un sutināšanai. Ap 90 minūšu ilgs laiks vajadzīgs tikai zivīm, kuras sver mazāk par 150 gramiem. Ja vienlaikus kūpina dažāda lieluma zivis vai zivju gabalus (piemēram, 150 g kopā ar 400 g), mazākās zivis jānovieto tuvāk durvīm, jo tās vajadzēs izņemt ātrāk. Pārāk ilgi noturot zivis kūpinātavā, tās izkalst.

Kūpināts kuprlasis ar baziliku un papriku

4 kg kuprlaša, 150 g sāls, 1 ēdamkarote cukura, 3–4 ķiploka daiviņas, 1/2 tējkarotes maltu sarkano piparu, 1/2 tējkarotes maltu melno piparu, 1/2 tējkarotes bazilika, 1/2 tējkarotes maltu sinepju sēkliņu, 1 tējkarote paprikas, lauru lapas.

Iztīrītu kuprlasi no ārpuses un iekšpuses ieberž ar sāli. Ja zivij ir bieza mugura, to vairākās vietās iegriež un ieberž ar sāli. Katrā žaunā ieliek pa nelielai lauru lapai. Ķiplokus smalki sakapā un sajauc ar garšvielām un cukuru. Ar iegūto maisījumu bagātīgi apkaisa zivi no ārpuses un iekšpuses, liek polietilēna maisiņā. Liela zivs jāsāla 1–2 dienas.

Kad zivis iesālījušās, tām notīra sālīšanas maisījumu. Zivis nomazgā, apkaltē un liek uz restēm žāvētavā. Pirmās 1–15 minūtes jāuztur diezgan spēcīga uguns (110 °C). Pēc tam temperatūru pazemina līdz 90–100 °C un kurināmo pārkaisa ar mitrām skaidām, lai veidotos biezi dūmi. Lai zivis vienmērīgāk nokūpinātos, tās ik pa laikam jāapgroza.

Mazas zivis jākūpina 35–60 minūtes, vidēji lielas un lielas – no 45 minūtēm līdz divām stundām.

Rulete no kuprlaša un skumbrijas

1 kuprlasis, 1 skumbrija, sāls, cukurs.

Kuprlasi un skumbriju sadala divās filejās, izņem asakas. Filejas apkaltē, ierīvē ar sāls un cukura maisījumu, ņemot 2 daļas sāls un 1 daļu cukura, liek emaljētā traukā, uzliek slogu un tur aukstā vietā 4–6 stundas. Pēc tam file-

jām notīra lieko sālīšanas masījumu un apkaltē. Skumbrijas fileju liek uz kuprlaša filejas, saveļ ruletē un pārsien ar auklu. Kūpina 50 minūtes. Pēc tam uguni apdzēš un tur zivis slēgtā kūpinātavā vēl dažas stundas.

Kūpināts lasis skandināvu gaumē

1 lasis, sāls, cukurs, malti melnie pipari, dilles.

Izķidātu zivi norīvē ar sāli, lai noņemtu gļotas. Nogriež galvu un asti. Zivi sadala gareniski, izņem mugurkaulu un asakas. Vienu fileju liek traukā ar ādu uz leju un pārkaisa ar sāls, piparu un cukura maisījumu. Uz 1 kg zivs ņem apmēram 40 g sāls, 30 g cukura un pustējkaroti maltu melno piparu. Beigās fileju pārkaisa ar sīki sagrieztām dillēm. Otru fileju liek ar ādu uz augšu, apkaisa ar sālīšanas maisījumu, uzliek slogu. Šādi zivi tur 24 stundas vēsā vietā. Pēc tam rūpīgi notīra sāls maisījumu un dilles, zivi apkaltē un liek uz kūpinātavas režģa ar ādu uz leju. Kūpina biezos dūmos 2 stundas 30–50 °C temperatūrā.

Kūpināts lasis ar citronu un jasmīnu tēju

2 laši, 1 citrons, 4 ēdamkarotes olīveļļas, 1–2 ēdamkarotes jasmīnu tējas, sāls, malti melnie pipari.

Zivis notīra, izķidā, nogriež galvu un asti. Citronu sagriež šķēlītēs un ar tām piepilda zivju vēdera dobumu. Zivis liek cepamtraukā, apslaka ar olīveļļu, pārkaisa ar sāli un pipariem. Zivis cep līdz gatavībai (aptuveni 25 minūtes). Tad tās liek uz papīra dvieļiem. Dziļā katlā vai kūpinātavas paliktnī ieber jasmīnu tēju, virs tā liek restes un uz tām zivis. Katlu liek uz uguns, līdz rodas dūmi. Zivis kūpina 10 minūtes. Lai izvairītos no telpu piedūmošanas, jātur atvērti logi un jāieslēdz tvaika nosūcējs.

Kūpināta strauta forele ar dillēm

250–300 g smaga forele, sāls, cukurs, pipari, dilles.

Foreli vislabāk kūpināt alkšņu malkas dūmos.

Foreli izķidā, nogriež galvu un asti. Foreli gareniski sadala divās daļās, izņem mugurkaulu un asakas.

Vienu fileju liek traukā ar ādu uz leju, apkaisa ar sāls, piparu un cukura maisījumu un sīki sagrieztām dillēm. Virsū liek otru fileju ar ādu uz augšu, apkaisa ar doto maisījumu un uzliek slogu. Trauku novieto vēsā vietā.

Pēc 24 stundām filejas liek uz kūpinātavas restēm ar ādu uz leju un 2 stundas kūpina biezos dūmos 60 °C temperatūrā.

Foreles gatavību var noteikt pēc muguras spuras – tā kļūst balta.

Kūpināta forele ar citronu un kadiķogām

4–4,5 kg strauta vai varavīksnes foreļu, 1,5 l ūdens, 150 g sāls, 2 citroni, 1/2 tējkarotes smaržīgo piparu, kadiķogas, dilles.

Foreles notīra, izķidā, nogriež galvu un asti, gareniski sadala divās daļās, izņem mugurkaulu un citas asakas. No ūdens un sāls pagatavo sālījumu, pievieno citrona šķēlītes, piparus, kadiķogas un smalki sagrieztas dilles. Šādā sālījumā zivis tur 12 stundas, tad ļauj zivīm apžūt un notīra tās ar papīra dvieli. Foreles kūpina 15–20 minūtes 150–180 °C temperatūrā.

Kūpināts platpieris ar zaļumiem

1 platpieris, 1 ķiploka galviņa, lauru lapa, sāls, piparu maisījums, zaļumi.

Sagatavotu zivi ierīvē ar sāls, piparu, sasmalcinātu ķiploku un lauru lapas maisījumu, vēdera dobumā un žaunās ieliek diļļu zariņus. Zivi tur vēsā vietā 3–4 stundas, tad notīra sāls maisījumu, zivij ļauj apžūt un 35–40 minūtes kūpina karstos dūmos.

Satura rādītājs

Ievadam 3

KŪPINĀTAVAS UN KURINĀMAIS 5

KŪPINĀTAVAS 8

KURINĀMĀ IZVĒLE 20

GAĻAS PĀRSTRĀDE 23

GAĻA UN TĀS KVALITĀTE 24

GAĻAS UN TĀS IZSTRĀDĀJUMU SĀLĪŠANA 27

Sālīšanas veidi 28

Trauki gaļas sālīšanai 29

Gaļas produktu sālīšanas paņēmieni 30

Gaļas sālīšana, neatdalot kaulus 31

Gaļas mīkstuma sālīšana 31

Mazsālīts gaļas mīkstums 32

Sālītās gaļas apstrāde patēriņa vajadzībām 33

Ruletes no sālītas gaļas 33

Pakaļkāju šķiņķu, plecu gabalu, krūts gabalu un ribiņu sālīšana 34

Sālīts speķis 35

Putnu kautķermeņu sālīšana 38

GAĻAS KŪPINĀŠANA 40

Gaļas kūpināšanas veidi 40

Aukstā kūpināšana 40
Karstā kūpināšana 43
Kūpināšana ar šķidrajiem dūmiem 44
Kūpinātu priekškāju un pakaļkāju šķiņķu gatavošana 46
Kūpināta krūtiņa 58
Kūpinātas ribiņas 60
Dažādi cūkgaļas kūpinājumi 62
Kūpināts speķis 65
Kūpināta liellopu un teļa gaļa 68
Kūpināta jēra gaļa 71
Kūpināta trušu un nutriju gaļa 73
Kūpināta medījumu gaļa 77
Putnu kautķermeņu kūpināšana 78

GAĻAS VĪTINĀŠANA 88

DESU GATAVOŠANA 94
Zarnu sagatavošana 94
Gaļas apstrāde un sagatavošana pildījumam 97
Desu pildīšana 98
Vārītas desas 100
Pusžāvētas desas 114
Kūpinātas desas 128
Vītinātas desas 149
Ceptas desas 152
Zilcgaļas, asinsdesas un aknu desas 156

GAĻAS KONSERVI 176

ZIVJU KŪPINĀŠANA 183

ZIVJU SAGATAVOŠANA KŪPINĀŠANAI 185
Dzīvu zivju saglabāšana brīvā dabā 185
Zivs noņemšana no āķa 185
Zivs satveršana 186
Dzīvu zivju turēšana igvātīs 186
Skavu sistēma dzīvu zivju saglabāšanai (kukans) 188

Zivju apstrāde 190
Zivju nogalināšana 190
Zivju tīrīšana 191
Sālīšana 192
Sausā sālīšana 192
Sālīšana sāls šķīdumā 193
Garšvielas 193
Skalošana, nosusināšana un sadalīšana 194
Zivju uzkarināšana kūpinātavā 195
Iekārtu un āķu kopšana 199

ZIVJU VĪTINĀŠANA UN MARINĒŠANA 200
Zivju vītināšana 200
Zivju marinēšana 200

ZIVJU KŪPINĀŠANA UN APSTRĀDE 209
Aukstā kūpināšana 209
Karstā kūpināšana 215
Karstā sausā kūpināšana 216
Karstā mitrā zušu kūpināšana 224
Saldētu zivju kūpināšana 227
Kūpinātu zivju apstrāde 228

KŪPINĀTAS UN SĀLĪTAS ZIVIS ĒDIENU RECEPTĒS 231