

# Riba sa roštilja | Riba iz pećnice

Recept za download



Po sobi

- Orada ili brancin 350-400g (2 manja)
- krupna morska sol
- 1 MŽ sjeckanog [sviježeg ružmarina](#)
- 50 g putra sa finim travama
- \* 1/2 dl maslinovog ulja, režanj protisnutog bijelog luka

**Oradu** očistiti od ljuske i izvaditi utrobu po ovom [uputstvu](#).

Zamotati je u krpu da se izvuče sva vlaga.

Deblje orade zarežite između hrpta i polovice trbuha kako bi se ravnomjernije pekla.

**Ribu** natrljajte smjesom krupne morske soli i ružmarina. Ne stavljajte nikakvo ulje, pogotovo ne maslinovo ulje jer ono ima nisku dimnu točku te pri pečenju brzo zagara.

Ovako pripremljene orade ostavite na hladnom da se počne sol lagano otapati i ulaziti u **meso ribe**.

Budući da nismo uvijek u mogućnosti **ribu peći na roštilju**, opisat ću paralelno i postupak pečenja ribe u pećnici.

Pećnicu ugrijati na najjače, **roštilj, gradele** pripremite kao šta sam [ovdje objasnio](#).



Orade ili brancine položite na papir za pečenje ili na / u rešetku za roštilj te sa jednom debljom čačkalicom rastvorite trbuh da bi se **riba i iznutra bolje pekla**.

Orade stavite skupa sa papirom na rešetku, na srednju policu u zagrijanoj pećnici. Ako pečete na roštilju na običnoj žičanoj rešetki pri stavljanju na rešetku pogurnite svaku ribu 1-2 puta naprijed nazad po rešetki, tako se neće zaljepiti za nju.

**Ribu pecite** na najjačem 15 min te promijenite papir i okrenite orade. Na gradelama okrenite tek kad se **riba ispod zapekla** i možete je bez problema odvojiti od rešetke za pečenje.

Pecite još 10 min i okrenite te promijenite papir ako je pregorio. Ponovno pecite i okrećite i mjenjajte papir ako je orada još nedovoljno pečena.

**Riba je u pećnici** gotova kada je odignete sa papira, a ona se više skoro ne savija. Jednako vrijedi i za **ribu sa gradela**, **riba je pečena** kada se više ne savija i na najdebljem djelu vidite pečeno meso (tamo gdje ste je zarezali).

**[Savijet]** Kod pećenja u pećnici pripremite jedan pleh u kojeg ste nalili vode. Na taj pleh vadite rešetku iz pećnice. Tako nećete zaprljati radnu plohu, jer pri okretanju orade i mjenjaju papira uvijek iskapa nešto safta. Ovako sav saft kapa u vodu. Pokušao sam peći orade u pećnici iznad posude sa vodom, kako iskapani saft nebi zagarao. Nažalost zbog ishlapjele vode u pećnici su se orade više dinstale nego pekle. Od tada orade u pećnici pećem na papiru koji redovno pri okretanju mijenjam. **[/Savijet]**

- **Pečenu ribu** još dok je vruća zalite smjesom maslinovog ulja, peršina i bijelog luka. Meni smjesa bijelog luka i maslinovog ulja teško pada na želudac pa ja pečene orade ili brancine rađe zalijem rastopljenim [putrom sa finim travama](#). Servirajte sa lešo krupicom, kuhanim sa pešinom, ružmarinom i maslinovim uljem.



www.moja