

# Уха

8 порций

## Вам понадобится

1 целая рыба, 1-1 1/2 фунта, очищенная (окунь, форель, окунь, лосось.)  
10 стаканов воды  
1/2 столовой ложки цельного черного перца  
3 сухих лавровых листа  
соль по вкусу  
1 крупная луковица, нарезанная  
3-4 моркови, очищенные и нарезанные  
3-5 стеблей сельдерея, нарезанных ломтиками  
3 средних картофеля, очищенных и нарезанных  
1/2 - 1 столовая ложка свежей петрушки и укропа, мелко нарезанных



Picture olgasflavorfactory.com

## Приготовление

- Приготовьте рыбный бульон, поместив рыбу в большую кастрюлю. Добавьте воду, черный перец, сухой лавровый лист и соль по вкусу. (Можно также добавить овощные кусочки, которые вы будете использовать для супа - лук, морковь и сельдерей. Это необязательно.) Доведите воду до кипения, убавьте огонь и варите под крышкой около 20 минут, пока рыба не приготовится.
- Пока готовится рыбный бульон, подготовьте остальные ингредиенты. Очистите и нарежьте лук и картофель, очистите и нарежьте морковь, нарежьте сельдерей и зелень.
- Отложите рыбу в сторону, пока она не остынет. Процедите рыбный бульон через мелкое сито. Выбросьте перец, лавровый лист и овощные обрезки, если используете. Когда рыба достаточно остынет, выньте мясо и отложите, чтобы добавить в суп в самом конце. Выбросьте кожу, кости и голову рыбы.
- Промойте кастрюлю, в которой вы варили рыбный бульон. Верните бульон в кастрюлю и добавьте все овощи, кроме зелени. Добавьте еще воды, если хотите, чтобы суп был более жидким. Это необязательно. При необходимости посолите и поперчите по вкусу.
- Доведите суп до кипения, убавьте огонь и варите под крышкой 15-20 минут, пока картофель и морковь не станут мягкими.
- Добавьте в суп мясо рыбы и посыпьте зеленью. Подавайте горячим. Храните остатки в холодильнике 5-7 дней.

