

Riston kalapaistos



Noin 4 annosta tai isona juhlapaistoksena suurentamalla määriä.

Ainekset:

- Noin 700 – 800 g vaaleaa kalaa, esimerkiksi haukea, kuhaa tai madetta fileoituina ruodottomaksi ja nahattomaksi
- 1 -1,5 tl yrttistä merisuolaa, esimerkiksi nokkosista ja lipstikasta ym. itse etukäteen valmistettuna
- 2 - 3 rkl sitruunamehua ja sitruunan kuorta tai viinietikkaa. Hapon voit korvata raparperilla, omenalohkoilla taikka kokonaisilla puolukoilla
- Noin ½ dl hyvää ruokaöljyä
- Noin 1,5 dl juustoraastetta
- 2 – 3 dl mausteista ruokakermaa ja osan voit korvata vaikka rankankermalla ja/tai tuorejuustolla
- Monipuolisia siivutettuja vihanneksia ja kasviksia eli mitä itseltäsi löytyy: Kukkakaalia, porkkanoita, naurista, lanttuja, sipulia, valkosipulia, paprikaa, perunaa, purjoa, parsaa, palsternakkaa yms. Ei kaikkia samassa paistoksessa, muuntele ja vaihtele eri kerroilla.
- Villiyrttien sijaan voit käyttää sitruunapippuria ja hiven valkopippuriakin, tilliä ja/tai ruohosipulia, kevätsipulia laihoineen, yms
- 1 – 2 rkl hunajaa riippuen siitä miten paljon käytit vihanneksia
- Vielä halutessasi loraus eli noin ½ dl valkoviiniä, jos juhlit.

Valmistaminen (n. 15 min):

Itse arvioin määrät silmämäärin.

1. Voitele kalavati ja asettele siihen fileet sekä voitele ja mausta ne.
2. Laittele fileiden ympärille kaikki juurekset ja vihannekset kalojen tasalle.
3. Viiruttele loput öljyt ja osa hunajasta sekä mausteista, sitruunamehusta tai viinietikasta, koko helan päälle.
4. Kaada ruokakermatuorejuustoseos päälle niin, että paistos juuri peittyy.
5. Pane vähäksi aikaa noin 200 C uniin. Kurkista kohta vatia ja ripottele juustoraastetta reilusti paistoksen pinnalle.
6. Viiruta lopuksi paistos hunajalla ristiin rastiin. Lisää tarvittaessa vielä ruokaöljyviiruja. Pinnan voit vielä koristella mieleiseksi tms.
7. Laske lämpöä 170-180 C ja paista n. 40 min.

Valmiin paistoksen pinta pitää olla kullan keltainen ja sieltä täältä hiven rapea, ei palanut ja pinta saa pikkuisen ”lillua”. Fileet ja lisukkeet pitää olla suussa sulavan pehmeitä. Koristele annoslautasesi tillinoksilla, persiljalla taikka tuoreilla syötävillä villikasveilla ja niiden muutamalla kukkasella.

Isossa paistoksessa voit asetella kalafileet tiiviinä rullina korkeahkolle pellille, jotta muut aineet mahtuvat paremmin ympärille. Paista tällöin annosta pidempään, lopuksi alemmassa lämmössä. Voit myös hiven etukäteen kuullottaa juureksia ja pehmittää sipuleita.

Tee gourmet-salaatti vaikka nuorista villikasveista. Yllätyspaloina tarjoa salaatin ohella leiväksi vaikka savolaista piimärieskaa ”sushin” tapaan. Tarjoile lämpiminä tai jopa kuumina pikku paloina, joita syöjä kastelee kalapaistosliemessä.

Kokeile villiyrtejä eri tavoin löytääksesi todellisen mestarireseptin. Näillä jutuilla voidaan vähäarvoisena pidettyä haukeakin valmistaa herkulliseksi ja terveelliseksi ruoaksi. Jos fileet ovat isosta kalasta, tee paksuihin kohtiin apuviiltoja taikka leikkaa eri fileitä.

Muista vielä luova, uusiin sfääreihin johtava rakentava keskustelu. Kunnioita ja nauti erilaisuudesta. Kysy ja kuuntele, kysy vaikka mistä pitäisi keskustella. Sinä olet pöydän kapellimestari ja muut sen sinfonisia soittajia.