



Hozzávalók:

egy kisebb ponty (kb. 1,2 kg), 1 evőkanál jóféle pirospaprika, 1-2 cseresznyepaprika vagy 1 kiskanál csípős Piros Arany (ErősPista), só, 3 közepes vöröshagyma

1. A pontyot megtisztítjuk, ha van benne haltej vagy ikra, azt félretesszük. Fejét levágjuk, megtisztítjuk, méregfogát, szemeit - esetleg a kopoltyúját is -, kiszedjük. Törzsét kifilézzük, bőrös oldalukkal lefelé vágódeszkára rakjuk. Ehhez a változathoz általában lehúzzuk a hal bőrét: a filék keskeny végénél a halhús és a bőre közé vágunk, a bőr végét a bal kezünkkel megfogjuk, és a kést kissé lefelé szorítva a vastagabb része felé végigvágjuk. Akkor jó, ha a bőre teljes egészében lejön. A filéket 2-3 milliméterenként mélyen beirdaljuk, majd közepes szeletekre, vagy a pörköltözhöz hasonlóan kb. 2,5 centis kockákra vágjuk. A pirospaprikával, a cseresznyepaprika-krémmel meg 1 kiskanál sóval alaposan bedörzsöljük. Letakarva 1 órára a hűtőszekrénybe rakjuk.
2. A hagymát megtisztítjuk, vékony karikákra vágjuk, és fazékba vagy bográcsba, kb. 2 liternyi vízbe szórjuk. A halcsontokat és a megtisztított halfejet belerakjuk, 1 csapott evőkanálnyi sót adunk hozzá, majd fölforraljuk. Egy kis rést hagyva lefödjük, és 1,5 órán át főzzük. Idényben 1-1 szem paradicsomot meg paprikát, paprikacsumát is adhatunk hozzá.
3. Ezután a tűzről lehúzzuk, leszűrjük, a hagymát fakanállal szitán át a leszűrt lébe törjük. A halcsontokról meg a fejről - ha egy kissé kihültek - lefejtjük a húst, és ugyancsak áttörjük (régebben megpróbáltam ezt a halhúst turmixolni, és így a levesbe tenni, de túl krémes lett az állaga, ezért ezt a megoldást nem javaslom).
4. Az így kapott sűrű halalaplevet fölforraljuk, és a pácolt halkockát vagy szeleteket meg a belsőséget 6-8 percig főzzük benne. Ha kell, utanasózzuk, végül darált cseresznyepaprikával tüzesebbé tehetjük.

Jó tanács

- A halászlé készítése időigényes és sok veszéllyel jár, ezért az alapléből célszerű egyszerre nagyobb mennyiséget főzni, mert lefagyasztható.
- Aki a hal tisztításától, bontásától idegenkedik, vásároljon külön tisztított halfilét, csontot és fejet, esetleg belsőséget. Igaz, így a leves valamivel drágább, de a főzés lényegesen egyszerűbb.
- Másféle - kizárólag édesvízi - hal is kerülhet bele, ehhez a mennyiséghez nagyjából 0,5 kilónyi. A kevésbé értékesek, mint például a kárász és a törpeharcsa a hal levét „erősítik”, ezeket az alaplében kell megfőzni. Az értékesebbek, mint például a kecsege vagy a harcsa csontjai szintén az alaplevet ízesítik, de húsukat ugyanúgy bepácoljuk, mint a pontyét, és azzal együtt is főzzük bele a sűrű alaplébe.
- Ha gyerekek is esznek a levesből, a filék kockákra vágásakor tegyük félre azokat a darabokat, amelyekben biztosan nincsen szálka, s a halalaplében külön főzzük meg.
- Ha az alaplé egy napot áll a hűtőben, zsírját könnyen leszedhetjük.
- Ha bármilyen más halételt készítünk, filézés után a csontokat és a fejet fagyasszuk le, és ha összejött egy halászlére való, főzzük meg.

4 főre

Elkészítési idő: 3 óra

Egy adag: 173 kcal

Nehézségi foka: ●●○○○○

ha magunk bontjuk a halat, akkor

Nehézségi foka: ●●●●○○