

# Spis treści

**Co zrobić z obfitym połowem?** 4

**Powrót do tradycji** 8

Trochę o historii wędzenia 9

Działanie dymu 10

**Ryby – zdrowe, smaczne i lekkostrawne** 12

Jakie wartości odżywcze mają ryby? 13

Czy wędzone ryby są zdrowe? 16

Wartość kaloryczna 16

**Ryba do wędzenia** 17

Gatunki polecane do wędzenia 18

Łowienie i kupowanie ryb 27

Transport i przechowywanie ryb 29

Ogłuszanie i zabijanie ryb 30



Oczyszczanie ze śluzu, skrobanie 31

i patroszenie ryb 35

Filetowanie ryb 35

Krojenie dużych ryb na plastry 35

Mrożenie świeżych ryb 35

**Solenie** 38

Działanie soli 39

Sól 39

Zalewa 40

Metody solenia 43

**Wędzenie** 44

O barwie i aromacie wędzonych ryb 45

Przyprawy w dymie 45

Metody wędzenia 46

Narzędzia i sprzęt do wędzenia 49

Samodzielne budowanie wędzarni 56

różnego typu 64

Drewno do wędzenia 64

Czego nie wolno dodawać do pieca 65

wędzarniczego 65

Błędy podczas wędzenia – przyczyny 66

i rozwiązania 66

Ryba po uwędzeniu 67





**Smaki wędzonych ryb**

Jedzenia ryb trzeba się nauczyć	70
Legendarne smakołyki	71
Przepisy na wybrane specjały	73
Z czym jeść wędzoną rybę	76
Przepisy na dania z wędzonych ryb	79

**69 Grillowanie, bejcowanie, marynowanie**

88	
Grillowanie – spokrewnione z wędzeniem	89
Bejcowanie zamiast wędzenia	90

**Wędzenie jako pomysł na biznes 93**

