# Тилапия в кляре

OsThemes · 24.07.2025



**Время готовки**

30 минут

**Сложность**

Легко

**Серверовка**

4

**Описание**

Тилапию в кляре можно подавать к столу с любым гарниром или свежими овощами.

**Ингредиенты**

- филе тилапии — 350 г
- яйцо — 2 шт.
- молоко — 100 мл
- мука — 100 г
- соль — по вкусу
- растительное масло для жарки.

**Способ приготовления**

1. Филе тилапии полностью разморозить при комнатной температуре.
2. Для приготовления кляра в миску вбить сырые яйца, взбить венчиком до однородности.
3. Влить молоко и ещё раз перемешать венчиком.
4. Всыпать половину муки и соль, перемешать кляр венчиком до однородного состояния.
5. Частями добавляя оставшуюся муку и полностью вмешивая её, замесить в меру густой кляр. Как только кляр станет напоминать сметану средней густоты, больше муку не добавлять.
6. Филе тилапии нарезать на порционные кусочки.
7. В сковороду влить растительное масло и хорошо разогреть.
8. Кусочек филе тилапии обмакнуть в кляр с двух сторон.
9. Сразу же выкладывать тилапию в кляре на разогретую сковороду.
10. Жарить филе тилапии с двух сторон до золотистости кляра (примерно по 5–6 минут с каждой стороны) на среднем огне.
11. Затем переложить со сковороды на бумажные салфетки, чтобы убрать лишнее масло, после этого можно выкладывать на тарелку для подачи.
12. Постепенно пожарить всю рыбу в кляре.