



# ప్రత్యేక చేప ఉత్పత్తులు (Speciality Fish Products)

డా॥ జెస్మి దేబ్బర్మ, డా॥ పి. విజీ  
డా॥ బి. మధుసూదన రావు



విశాఖపట్నం పరిశోధన కేంద్రం

Visakhapatnam Research Centre of ICAR-CIFT

ఐసిఎఆర్- సెంట్రల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఫిషరీస్ టెక్నాలజీ

ICAR-Central Institute of Fisheries Technology (ICAR-CIFT)

పాండురంగాపురం, ఆంధ్ర యూనివర్సిటీ (పోస్ట్)

Pandurangapuram, Andhra University P.O.,

Visakhapatnam, Andhra Pradesh-530 003

విశాఖపట్నం, ఆంధ్ర ప్రదేశ్- 530 003

ఫోన్/Ph: 0891-2567856; మెయిల్/Email: [ciftvizag@gmail.com](mailto:ciftvizag@gmail.com)

## ఫిష్ బర్గర్ / FISH BURGER

కావలసినవి:

1.	ఉడికించిన చేప మాంసం	1 కిలోగ్రాము
2.	ఉడికించిన బంగాళాదుంపలు	1 కిలోగ్రాము
3.	తరిగిన ఉల్లిపాయలు	75 గ్రాములు
4.	తరిగిన పచ్చి మిరపకాయలు	20
5.	తరిగిన కొత్తిమీర ఆకులు	25 గ్రాములు
6.	చీజ్ (Cheese)	75 గ్రాములు
7.	మొక్కజొన్న పిండి (Corn flour)	25 గ్రాములు
8.	నూనె ( రిఫైన్డ్ వెజిటబుల్ ఆయిల్)	వేపుడకు తగినంత పరిమాణం
9.	ఉప్పు	రుచికి తగినంత
10.	ముక్కలుగా చేసిన టమోటా	1 కిలోగ్రాము
11.	ముక్కలుగా చేసిన కీరా దోసకాయ	500 గ్రాములు
12.	లెట్యూస్ (Lettuce)	250 గ్రాములు
13.	తరిగిన క్యాబేజీ	250 గ్రాములు
14.	ముక్కలుగా చేసిన కాప్సికం	4
15.	మిరప పొడి (కారం)	25 గ్రాములు
16.	మిరియాలు పొడి	1 గ్రాము
17.	మయోనైస్ (mayonnaise)	రుచికి తగినంత
18.	చెర్రీ (cherry)	1
19.	చిన్న కర్ర పుల్ల	1
20.	బన్ను (burger bun)	1

**తయారు చేయు విధానం:** ఉడికించిన చేప మాంసాన్ని, ఉడికించి గుఱ్ఱు చేసిన బంగాళాదుంపలను, సన్నగా తరిగిన ఉల్లిపాయలు, తరిగిన పచ్చి మిరపకాయలు, తరిగిన కొత్తిమీర ఆకులు, మొక్కజొన్న పిండి (Corn flour), మిరప పొడి (కారం) మరియు ఉప్పును జత చేసి కలపాలి. సుమారు 60 గ్రాములు బరువు గల ఉండలుగా చేసుకోవాలి. వీటిని 5 సెంటీమీటర్ వ్యాసం గల పాటీలు (patties) గా చేసి, బెటర్ లో మంచి, టైడ్ క్యంబ్స్ అద్దాలి. ఫ్రైయింగ్ పాన్లో కొద్దిగా నూనె వేసి వేయించాలి. బన్ను (burger bun) క్రింద నుండి 3/4

కట్ చేయాలి. కాప్సికం, టమోటా, ఉల్లిపాయ, కీరా దోసకాయ, క్యాబేజీ, మయోనైస్ (mayonnaise), పాటీలు (patties), లెట్యూస్ (Lettuce), లను  $\frac{3}{4}$  బన్ను పై జాగ్రత్తగా పెట్టాలి. మిగిలిన  $\frac{1}{4}$  బన్నును మూతలా పెట్టాలి. కీరా దోసకాయ ముక్కను మరియు ఒక్క చెర్రీని పుల్లకు గుచ్చిన తరువాత బన్ను పై నుంచి గుచ్చాలి



ఫిష్ పాటీలు (Fish patties)



ఫిష్ బర్గర్ / FISH BURGER

## ఫిష్ మోమో / FISH MOMO

### కావలసినవి:

1.	ఉడికించిన చేప మాంసం	1 కిలోగ్రాము
2.	తరిగిన ఉల్లిపాయలు	2 కిలోగ్రాములు
3.	అల్లం పేస్ట్	20 గ్రాములు
4.	వెల్లుల్లి పేస్ట్	20 గ్రాములు
5.	కొత్తిమీర ఆకులు	15 గ్రాములు
6.	ఉల్లి కాడలు (స్ప్రింగ్ ఆనియన్స్)	15 గ్రాములు
7.	పచ్చి మిరపకాయలు పేస్ట్	20 గ్రాములు
8.	గరం మసాలా పొడి	15 గ్రాములు
9.	నూనె ( రిఫైన్డ్ వెజిటల్ ఆయిల్)	తగినంత పరిమాణం
10.	ఉప్పు	రుచికి తగినంత

**తయారు చేయు విధానం:** తరిగిన చేప మాంసాన్ని 2.5% ఉప్పునీరు ద్రావణంలో 10 నిమిషాలు ఉడికించాలి. తరువాత వడకట్టాలి. చర్మం మరియు ఎముకలు తొలగించి మాంసం వేరుచేయాలి. అన్ని పదార్థాలను సన్నగా తరగాలి. ఉల్లిపాయలను గోధుమ రంగువొచ్చే వరకు వేయించి కోవాలి. అల్లం పేస్ట్, పచ్చి మిరపకాయలు పేస్ట్ కలిపి కొన్ని నిమిషాలు వేయించాలి. తరువాత వెల్లుల్లి పేస్ట్, గరం మసాలా పొడిలను జతచేయాలి. తరిగిన చేప మాంసం, తరిగిన కొత్తిమీర ఆకులు మరియు ఉప్పును జత చేసి కలపాలి. మైదాతో చిన్న చపాతీలను చేసి అందులో వేయించిన మిశ్రమాన్ని పెట్టాలి. వేపుడు లేదా ఆవిరి చేసిన తరువాత చేప మోమోలను తినాలి.





ఫిష్ మోమో / FISH MOMO

## ఫిష్ సమోసా (FISH SAMOSA)

కావలసినవి:

1.	ఉడికించిన చేప మాంసం	1 కిలోగ్రాము
2.	తరిగిన ఉల్లిపాయలు	600 గ్రాములు
3.	తరిగిన పచ్చి మిరపకాయలు	120 గ్రాములు
4.	తరిగిన అల్లం	120 గ్రాములు
5.	కరివేపాకు రెమ్మలు	6
6.	తరిగిన క్యారట్	300 గ్రాములు
7.	ముక్కలుగా చేసిన కాప్పికం	120 గ్రాములు
8.	ముక్కలుగా చేసిన చిన్న ఉల్లిపాయలు	40 గ్రాములు
9.	తరిగిన వెల్లుల్లి	30 గ్రాములు
10.	ఉప్పు	75 గ్రాములు
11.	ముక్కలుగా చేసిన ఉల్లి కాడలు (స్ప్రింగ్ ఆనియన్స్)	35 గ్రాములు
12.	పసుపు పొడి	¼ టీ చెంచా
13.	దాల్చిన చెక్క పొడి	¼ టీ చెంచా
14.	లవంగ పొడి	¼ టీ చెంచా
15.	మిరియాలు పొడి	¼ టీ చెంచా
16.	నూనె (రిఫైన్డ్ వెజిటబుల్ ఆయిల్)	వేపుడకు తగినంత పరిమాణం
17.	మైదా పొర (wrapper)	

**తయారు చేయు విధానం:** తరిగిన చేప మాంసాన్ని 2.5% ఉప్పునీరు (లీటర్ నీరులో 25 గ్రాముల ఉప్పు) ద్రావణంలో 10 నిమిషాలు ఉడికించాలి. తరువాత వడకట్టాలి. చర్మం మరియు ఎముకలు తొలగించి మాంసం వేరుచేయాలి. అన్ని పదార్థాలను సన్నగా తరగాలి. నునిను వేడి చేసిన తరువాత అన్ని పదార్థాలను (ఉల్లిపాయలు, పచ్చి మిరపకాయలు, అల్లం, కరివేపాకు, క్యారట్, కాప్పికం, చిన్న ఉల్లిపాయలు, వెల్లుల్లి సరైన మోతాదులో) అందులో వేయాలి. రుచికి తగినంత ఉప్పు మరియు గరం మసాలాను జత చేసి కలపాలి. చేప మాంసాన్ని ఈ మిశ్రమానికి కలిపి వేయించాలి. సమోసా చుట్టడానికి కావలసిన పొరను మైదాతో తయారు చేసుకోవాలి. ఉప్పు మరియు కోడి గుడ్డును మైదాకు (300 గ్రాములు) కలిపి బాగా ముద్దలా పిసకాలి. దాని నుండి దీర్ఘచతురస్రాకారపు పీట్లను తయారు చేసుకోవాలి. వేయించిన మిశ్రమాన్ని మైదా పొరపై నింపి సమోసా ఆకారంలో చుట్టి నూనె లో వేయించాలి.



ఫిష్ సమోసా / FISH SAMOSA



## ఫిష్ ఫింగర్స్/ FISH FINGERS

1. చేప ఫిల్లెట్ నుండి ఫిష్ ఫింగర్స్

కావలసినవి:

1.	చేప ఫిల్లెట్	1 కిలోగ్రాము
2.	ఉప్పు	30 గ్రాములు

**తయారు చేయు విధానం:** ముందుగా చేప నుండి ఫిల్లెట్‌ను కట్ చేసుకోవాలి. దీనిని 10 సెంటీమీటర్ల పొడవు ముక్కలుగా కోసి 3% ఉప్పునీరు (లీటర్ నీరులో 30 గ్రాముల ఉప్పు) ద్రావణంలో 10-15 నిమిషాలు ఉడికించాలి. తరువాత వడకట్టాలి. చేప ముక్కలకు బెటర్ (batter) పొడిని అద్దాలి. తరువాత బెటర్ లో ముంచి, బ్రెడ్ కృంబ్స్ అద్దాలి. నూనెలో పై చేసుకోవాలి



ఫిష్ ఫింగర్స్/ FISH FINGERS



## 2. చేప మాంసముముద్ద (ఖీమా) నుండి ఫిష్ ఫింగర్స్

కావలసినవి:

1.	చేప ఫిల్లెట్	1 కిలోగ్రాము
2.	ట్రై- సోడియం పాలీఫాస్ఫేట్	1 గ్రాము
3.	ఉప్పు	6 గ్రాములు

**తయారు చేయు విధానం:** ముందుగా మీట్ మినిస్టర్ లో చేప ఖీమా తయారు చేసుకోవాలి. 1 గ్రాము ట్రై- సోడియం పాలీఫాస్ఫేట్, 6 గ్రాములు ఉప్పును జత చేసి కలపాలి. దీనిని ఒక ట్రే లో వేసి తారువత ప్రీజర్ లో ఫ్రీజ్ చేయాలి. ప్రీజింగ్ తరువాత గడ్డకట్టిన చేప ముద్దను 10 సెంటీమీటర్ల పొడవు ముక్కలుగా కట్ చేసుకోవాలి. చేప ముక్కలకు బెటర్ (batter) పోడిని అద్దాలి. తరువాత బెటర్ లో ముంచి, బ్రెడ్ క్యంబ్స్ అద్దాలి. నూనెలో పై చేసుకోవాలి

## ఫిష్ బాల్స్/ FISH BALLS

కావలసినవి:

1.	చేప మాంసం (ఖీమా)	1 కిలోగ్రాము
2.	మొక్కజొన్న గంజి పిండి (corn starch)	50 గ్రాములు
3.	ఉప్పు	10 గ్రాములు
4.	అల్లం	20 గ్రాములు
5.	వెల్లుల్లి	20 గ్రాములు
6.	మిరియాలు పొడి	2 గ్రాములు

**తయారు చేయు విధానం:** ముందుగా చేప నుండి ఫిల్ట్రేట్ను కట్ చేసుకోవాలి. మీట్ మినిస్సర్ లో చేప ఖీమా తయారు చేసుకోవాలి. అల్లం, వెల్లుల్లి ముద్ద చేసుకోవాలి. మిగతా పదార్థాలను వీటికి జత చేసి కలపాలి. సుమారు 10 గ్రాములు బరువు గల ఉండలుగా (balls) చేసుకోవాలి. వీటిని 1% ఉప్పునీరు (లీటర్ నీరులో 10 గ్రాముల ఉప్పు) ద్రావణంలో 10నిమిషాలు ఉడికించాలి. చల్లారిన తరువాత వెదురు పుల్లకు గుచ్చి, బెటర్ (batter) పొడిని అద్ది, తరువాత బెటర్ లో ముంచి, బ్రెడ్ క్యంబ్స్ అద్దాలి. నూనెలో పై చేసుకోవాలి (బెటర్ నిష్పత్తి 1:2).



ఫిష్ బాల్స్/ FISH BALLS

## ఫిష్ నగ్గెట్స్/ FISH NUGGETS

కావలసినవి:

1.	చేప మాంసం (ఖీమా)	1 కిలోగ్రాము
2.	మొక్కజొన్న గంజి పిండి (corn starch)	50 గ్రాములు
3.	ఉప్పు	10 గ్రాములు
4.	అల్లం	20 గ్రాములు
5.	వెల్లుల్లి	20 గ్రాములు
6.	మిరియాలు పొడి	2 గ్రాములు
7.	నిమ్మరసం	2 చెంచాలు

**తయారు చేయు విధానం:** ముందుగా చేప నుండి ఫిల్లెట్‌ను కట్ చేసుకోవాలి. మీట్ మినిస్పర్ లో చేప ఖీమా తయారు చేసుకోవాలి. అల్లం, వెల్లుల్లి ముద్ద చేసుకోవాలి. మిగతా పదార్థాలను వీటికి జత చేసి కలపాలి. దీనిని ఒక ట్రే లో వేసి సమానంగా వ్యాప్తిచేయాలి. గుండె ఆకారపు అచ్చును ఉపోయోగించి నగ్గెట్స్ (తినుటకు సరిపడేటంత పరిమాణంలో) తయారుచేసి ఫ్రీజర్ లో ఫ్రీజ్ చేయాలి. తరువాత బెటర్ (batter) పొడిని అడ్డి, బెటర్ లో ముంచి, బ్రెడ్ క్యంబ్స్ అద్దాలి. నూనెలో పై చేసుకోవాలి (బెటర్ నిష్పత్తి 1:2).



ఫిష్ నగ్గెట్స్/ FISH NUGGETS



## ఫిష్ చీజ్ బాల్స్/ FISH CHEESE BALLS

కావలసినవి:

1.	ఉడికించిన చేప మాంసం	1 కిలోగ్రాము
2.	ఉడికించిన బంగాళాదుంపలు	500 గ్రాములు
3.	తరిగిన ఉల్లిపాయలు	250 గ్రాములు
4.	పచ్చి మిరపకాయలు	20 గ్రాములు
5.	అల్లం	25 గ్రాములు
6.	కరివేపాకు	10 గ్రాములు
7.	పుదీనా	10 గ్రాములు
8.	మిరియాలు పొడి	3 గ్రాములు
9.	లవంగ పొడి	2 గ్రాములు
10.	దాల్చిన చెక్క పొడి	2 గ్రాములు
11.	పసుపు పొడి	2 గ్రాములు
12.	చీజ్ క్యూబ్స్ (Cheese cubes)	1 ప్యాకెట్
13.	నూనె (రిఫైన్డ్ వెజిటబుల్ ఆయిల్)	వేపుడకు తగినంత పరిమాణం
14.	ఉప్పు	రుచికి తగినంత

**తయారు చేయు విధానం:** తరిగిన చేప మాంసాన్ని 3% ఉప్పునీరు (లీటర్ నీరులో 30 గ్రాముల ఉప్పు) ద్రావణంలో 15 నిమిషాలు ఉడికించాలి. తరువాత వడకట్టాలి. చర్మం మరియు ఎముకలు తొలగించి మాంసం వేరుచేయాలి. ఉడికించి చేప మాంసానికి ఉప్పు మరియు పసుపు కలపాలి. ఉల్లిపాయలను గోధుమ రంగువొచ్చే వరకు వేయించి కోవాలి. తరిగిన కరివేపాకు, పుదీనా, పచ్చి మిరపకాయలు, అల్లం కలపాలి. తరువాత ఉడికించిన చేప మాంసం కలపాలి. ఉడికించి గుజ్జు చేసిన బంగాళాదుంపలు మరియు మసాలా జత చేయాలి. రుచికి తగినంత ఉప్పును కలపాలి. మిశ్రమాన్ని 25 గ్రాముల బరువు గల ఉండలుగా (balls) చేసుకోవాలి. చేతి బ్రౌటనవేలుతో ఉండ మధ్యలో నొక్కి గుంత చేయాలి. ఒక్క చీజ్ క్యూబ్ ని గుంతలో పెట్టాలి. ఉండ అంచులను పైకి లాగి ఖాళీ లేకుండా సరిగ్గా మూసివేయాలి. దీనిని ఉండలుగా (ball) చేసుకోవాలి. తరువాత బెటర్ (batter) పొడిని అద్ది, బెటర్ లో ముంచి, బ్రెడ్ క్యంబ్స్ అద్దాలి. నూనెలో పై చేసుకోవాలి (బెటర్ నిష్పత్తి 1:2).

## ఫిష్ కట్లెట్స్/ FISH CUTLETS

కావలసినవి:

1.	ఉడికించిన చేప మాంసం	1 కిలోగ్రాము
2.	ఉడికించిన బంగాళాదుంపలు	500 గ్రాములు
3.	తరిగిన ఉల్లిపాయలు	250 గ్రాములు
4.	పచ్చి మిరపకాయలు	20 గ్రాములు
5.	అల్లం	25 గ్రాములు
6.	కరివేపాకు	10 గ్రాములు
7.	పుదీనా	10 గ్రాములు
8.	మిరియాలు పొడి	3 గ్రాములు
9.	లవంగ పొడి	2 గ్రాములు
10.	దాల్చిన చెక్క పొడి	2 గ్రాములు
11.	పసుపు పొడి	2 గ్రాములు
12.	నూనె ( రిఫైన్డ్ వెజిటల్ ఆయిల్ )	వేపుడకు తగినంత పరిమాణం
13.	ఉప్పు	రుచికి తగినంత

**ఫిష్ కట్లెట్స్ తయారు చేయు విధానం:** తరిగిన చేప మాంసాన్ని 3% ఉప్పునీరు (లీటర్ నీరులో 30 గ్రాముల ఉప్పు) ద్రావణంలో 15 నిమిషాలు ఉడికించాలి. తరువాత వడకట్టాలి. చర్మం మరియు ఎముకలు తొలగించి మాంసం వేరుచేయాలి. ఉడికించి చేప మాంసానికి ఉప్పు మరియు పసుపు కలపాలి. ఉల్లిపాయలను గోధుమ రంగువొచ్చే వరకు వేయించి కోవాలి. తరిగిన కరివేపాకు, పుదీనా, పచ్చి మిరపకాయలు, అల్లం కలపాలి. తరువాత ఉడికించిన చేప మాంసం కలపాలి. ఉడికించి గుఱ్ఱు చేసిన బంగాళాదుంపలు మరియు మసాలా జత చేయాలి. రుచికి తగినంత ఉప్పును కలపాలి. మిశ్రమాన్ని 25 గ్రాముల బరువు గల ఉండలుగా (balls) లేదా కోల (oval) ఆకారంగా చేసుకోవాలి. తరువాత బెటర్ (batter) పొడిని అద్ది, బెటర్ లో ముంచి, బ్రెడ్ క్యంబ్స్ అద్దాలి. నూనెలో పై చేసుకోవాలి (బెటర్ నిష్పత్తి 1:2).



ఫిష్ కట్లెట్స్ / FISH CUTLETS