**Голец запечённый с картофельным пюре и грибным соусом**

**Ингредиенты (на 4 персоны):**

* Голец свежий — 800 г (2 тушки или 4 стейка)
* Картофель — 600 г
* грибы (шампиньоны или белые) — 200 г
* Лук репчатый — 1 шт.
* Сметана — 150 г
* Молоко — 100 мл
* Сливочное масло — 80 г
* Укроп свежий — пучок
* Лимон — ½ шт.
* Соль, перец — по вкусу
* Масло растительное — 2 ст. л.

**Шаги приготовления:**

**1. Подготовка рыбы:**
— Если голец целый: очистите от чешуи, удалите жабры и внутренности. Промойте, обсушите. Надрежьте кожу диагонально — так рыба пропитается ароматами.
— Если стейки: просто промойте и обсушите.
— Натрите рыбу солью, перцем, сбрызните соком лимона. Оставьте мариноваться 15 минут.

**2. Картофельное пюре:**
— Очистите картофель, нарежьте кубиками. Варите в подсоленной воде 15–20 минут до мягкости.
— Слейте воду, разомните в пюре. Добавьте 50 г сливочного масла и тёплое молоко. Взбейте венчиком до воздушности. Приправьте солью, щепоткой перца. Накройте крышкой, чтобы не остыло.

**3. Запекание гольца:**
— Разогрейте духовку до 180°C.
— Противень смажьте маслом. Выложите рыбу кожей вверх. Сверху положите тонкие дольки лимона и веточки укропа.
— Запекайте 20–25 минут до золотистой корочки.

**4. Грибной соус:**
— Лук мелко нарежьте, грибы — пластинами.
— На сковороде растопите 30 г сливочного масла. Пассеруйте лук до прозрачности, добавьте грибы. Жарьте 7–10 минут до румяности.
— Влейте сметану, тушите 5 минут на слабом огне. Посолите, поперчите, добавьте рубленый укроп.

**Подача:**
— На тарелку горкой выложите пюре. Рядом — кусочек гольца. Полейте соусом.
— Украсьте веточкой укропа и долькой лимона.

**Совет от шеф-повара:**
— Чтобы пюре было бархатным, используйте горячее молоко и взбивайте его сразу после варки картофеля.
— Рыбу не передерживайте в духовке: голец нежен. Готовность проверьте вилкой — мякоть должна легко отделяться.