

Поширање риба. Месо рибе одвојити од костију и коже. Исјећи га на мало дебље филее и посолити. Ватросталну здјелу или плех намазати путером, унутра сложити филее рибе. Црни лук и корјенасто поврће исјећи на котурове, ставити преко рибе, затим додати лаворов лист и бибер у зрну. Све прелити бијелим вином и мало рибљег фонда, толико да риба до половине огрезне. Једну страну масног папира намазати путером и добро приљубити уз унутрашње бочне ивице посуде. Ставити у загријану рерну и поширати 15 минута. Сервира се као и кувана, само што се поширана риба прелива сопственим сафтом. Поширана риба је погодна и за припремање у хладној кухињи, као хладно предјело, са мајонезом и салатама од мајонеза, у аспику.

Може се поширати и у већим комадима. Послије се филира на мање комаде. За поширање су погодне следеће рибе: смуђ, зубатац, сом, ковач, морски лист.