



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ANÇÜEZ SALÇALI HAMSİ TAVASI

Kullanılacak malzeme (6 kişi için):

1+1/2 kilo hamsi,
100 gram un,
2 yumurta,
50 gram ançüez ezmesi,
75 gram peksimet yapılmış ekmek tozu,
1 diş sarımsak,
1 demet maydanoz,
1+1/2 bardak zeytinyağı,
yeteri kadar tuz.

Yapımı: Hamsilerin içini, dışını iyice temizleyip kafalarını koparın. Bol akarsuda yıkayıp suyunu süzün. Balıkları unlayın, çırpılmış yumurtaya batırıp çıkardıktan sonra kurutulmuş ekmek tozuna bulayın ve kızgın yağa atıp iyice kızartın. Delikli bir süzgeçle tavadan alıp yağlarını süzdükten sonra benmaride bulunan servis tabağına koyup tuzlayın.

Beri yanda başka bir tavaya yarım bardak zeytinyağı koyun. Yağ ısınca sırasıyla dövülmüş sarımsağı, ançüez ezmesini katın ve bir-iki dakika çok hafif bir ısıda bunları pişirin. Salçanın yarısı buhar olup uçuncaya kadar kuvvetli ateşte kaynatın. Yıkanmış ve kıyılmış maydanozu serperken tavayı ateşten indirin, salçayı servis tabağına boşaltın ve balıklarla birlikte servis yapın.

Hamsi yerine isteyenler istavrit veya sardalyeden de aynı yemeği yapabilirler.