



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ANÇÜEZLİ DOMATESLİ FONDU (İTALYA)

- 7 diş sarımsak
- 1 çorba kaşığı zeytinyağı
- 4 ançüez filetosu (yıkılarak tuzu atıldıktan sonra, süzdürülmüş)
- 750 g domates (kabukları soyulup çekirdekleri çıkarılarak iri parçalar halinde doğranmış)
- 1/2 tatlı kaşığı kekik
- 1 1/2 çorba kaşığı salça
- 1 1/2 çorba kaşığı üzüm sirkesi
- 1 1/2 tatlı kaşığı pekmez
- 250 g brokoli (yalnızca çiçekli bölümleri)
- 175 g mantar
- 1 tatlı kaşığı kıyılmış fesleğen
- 1 iri tatlı kırmızıbiber (sap ve çekirdekleri temizlenerek, iri parçalar halinde doğranmış)
- 1 iri sarı biber (sap ve çekirdekleri temizlenerek, iri parçalar halinde doğranmış)
- 350 g karnabahar (yalnızca çiçekli bölümleri)

Kalın dipli bir tencereye sarımsakları ve zeytinyağını koyup, tencereyi kısık ateşe oturtarak 10 dakika kızartın (kızartırken sarımsakları bir tahta kaşığının tersiyle bastırarak yumuşatın). Ançüezleri ekleyip, sürekli karıştırarak ve sarımsakları ezmeye devam ederek kısık ateşte, 5 dakika daha pişirin. Domatesleri, kekik, salça, sirke ve pekmezi koyup, ara sıra karıştırarak 20 - 30 dakika pişirin.

Bu arada bir tencereye 2,5 cm yüksekliğinde su koyup, içine buğulama kabını yerleştirin. Tencereyi ateşe oturtup, suyu birtaşım kaynatın. Kaynayınca brokolileri koyup, üstünü sıkıca örterek buharda 1 dakika pişirin. Tencereyi ateşten alıp, bir kenara bırakın. Mantarları ıslak bir bezle silip, lokma büyüklüğünde doğrayarak bir kenara bırakın.

Bir salata kâsesinin üstüne bir süzgeç yerleştirip, tenceredeki domates sosunu süzgece boşaltın ve kaşıkla bastırarak, bütün özünü kâseye geçirin. Süzgeci kaldırıp, fesleğeni sürekli karıştırarak kâsedeki sosa katın. Sosu fondu kabına döküp, fondu ısıtıcısının üstüne koyun.

Brokolileri, mantarları, biberleri ve karnabaharı bir servis tabağına dizip, servis yapın

Not: Fondu çatalları, uzun bambu çubukları ya da tahta şişlerle alınıp, sıcak sosa batırılarak yeneceklerdir.