



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BALIK PASTASI

1/2 kg. mezzit balığı
250 gr. süt
50 gr. tereyağı
1 soğan
Tuz ve biber
1 çorba kaşığı mısır unu
2 katı pişmiş yumurta
750 gr. patates püresi
Maydanoz
Limon

Fırını önceden kızdırın. Balıkları, süt, tereyağ, dörde bölünmüş soğan tuz ve biberle birlikte bir tencereye koyun. On dakika kadar yavaş ateşte pişirin. Balıkları tencereden alıp derisi ve kılçığını çıkarın, pasta tencerecine koyun. Geri kalan sıvıyı süzüp (soğanları alarak) tekrar tencereye koyun. Mısır ununu 1 çorba kaşığı su ile karıştırıp süt karışımına ilave edin ve karıştırın. Devamlı karıştırarak 3 dakika yavaş ateşte pişirin. Katı yumurtaları dilimleyip pasta tenceresindeki balıkların üstüne koyun. Sosu üstüne dökün. En üstünü patates püresi ile kaplayın. Fırının orta kısmına koyup 20-30 dakika pişirin. Maydanoz ve limonla süsleyip servis yapın.