



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com)

BALIK PATATES (İZLANDA)

Yarım kg fileto morina balığı
1,5 su bardağı su
3 çorba kaşığı un
1 çay kaşığı kabartma tozu
1 çay kaşığı tuz
Kızartma yağı
6 adet ufak taze patates
3 çorba kaşığı sıvıyağ

Morina balığı kibrit kutusu kadar parçalara kesilir. Su, un, tuz ve kabartma tozu iyice çırpılır. Balıklar bu karışıma batırılır ve kızgın yağda pembe renkte kızartılır. Diğer tarafta patatesler çok temiz yıkanır. Kabuklu olarak bir tepsiye konur. 180 derece fırında 40 dakika pişirdikten sonra fırından alınır. Kabuklarıyla birlikte bir kaç parçaya kesilir. Üzerine yağ gezdirilir, tuz serpilir. Tekrar fırına verilir, 10 dakika daha pişirilir. Servis tabağının kenarına patates, diğer tarafına balık koyarak servise sunulur.