



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALIK SUYU

Bir tencereye doğranmış 3 bodur havuç, 3 soğan, 3 dal kereviz 4 diş sarımsak, 3 çivi karanfil, 2 yaprak defne, 1 pırasa beyazı, 5 dal maydanoz, 2 dal kekik, bir çorba kaşığı tereyağı koyunuz. Sonra kırlangıç, kefal, iskorpit gibi eti beyaz balıklardan dilimleyip tencereye ilâve ediniz. Sonra balıkları örtecek kadar su koyup ve harlı ateşe sürüp ağaç kaşıkla çeviriniz, iyice pişince ateşi örtüp tekrar uygun miktar kaynar su ile ıslatınız. Tuz, biber, biraz hindistancevizi ilâve edip hafif ateşte 2 saat kaynamağa bırakınız Sonra bir kaseye şınavadan geçirip kaldırınız, ya da çorba yerine servis yapınız.

Not: Bu su, balık çorbalarında ve hafif salçalarda kullanılır ve sabahları birer fincan alınır, gayet lezizdir. Bu suda tenter sazan, yılan v.b. tatlı su balıklarının kullanılması tavsiye edilir.
