DİL FİLETOSU BON FAM (FRANSA)

FILETS DE SOLE BONNE FEMME

4 kişi için MALZEME :
16 adet orta boy dil filetosu (Dört iri dilden elde edilir)
1 su bardağı ince dilimlenmiş mantar
2 kahve fincanı mantarı suyu
1/2 tatlı kaşığı margarin
Tuz, bir çimdik karabiber
1 su bardağı balık suyu yoksa konsome, yoksa su
1 çorba kaşığı tereyağı
2 çay kaşığı un
4 çorba kaşığı krema
1 yumurtanın sarısı
1 bağ kıyılmış maydanoz

YAPILIŞI :
Balık filetolarını hafifçe dövüp yassıltınız, içini dışa getirip üçe katlayınız
Dibi düz küçük bir tencereye altını margarinle yağlayıp soğanı serpiniz, üzerine balıkları katlanmış kısmını alta getirerek diziniz
Üzerine mantarı, mantar suyunu, tuz, biber ve balık suyunu ilâve ediniz
Kapağını kapatıp gayet ağır ağır kaynatarak yedi sekiz dakika pişirip ateşten alınız
Bir kevgirle veya bir paletle susuz olarak balıkları bir güvece veya graten tabağına çıkarınız
Üzerine mantarları çıkarıp maydanozu serpip unu, tereyağı ile karıştırıp balıkların suyuna ilâve ediniz
Bir çırpma teli ile karıştırarak ağır ağır iki dakika kaynatınız
Yumurta sarısını krema ile karıştırıp sosun içerisine karıştırarak ilâve edip ateşten alınız
Balıkların üzerine döküp salamandrada yoksa üstten hızlı ateşli fırında üstü renk alıncaya kadar bir kaç dakika kızartıp servis ediniz

© lezzetler.com tarif no:15405 • adı:DİL FİLETOSU BON FAM (FRANSA) • gönderen:rikkat • indirme tarihi:29.03.2024 - 10:49