



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DİL FİLETOSU MEZON (FRANSA)

MALZEMELER

16 adet orta boy dil balığı filetosu (4 iri dil balığı)
1 çay fincanı dilimlenmiş mantar
1 çay kasığı çok ince soğan
½ tatlı kasığı margarin
2 adet iri kabukları soyulmuş çekirdekleri çıkmış ince kıyılmış domates
tuz
bir tutam karabiber
½ su bardağı balık suyu
1 çorba kasığı tereyağı
2 çay kasığı un
4 çorba kasığı krema

YAPILIŞ TARİFİ

Balık filetolarını hafifçe dövüp yassılaştırın, içini dışına getirip üçe katlayın. Dibi düz küçük bir tencereyi margarinle yağlayıp soğanı serpin. Balıkların katlanmış kısmını alta getirerek balıkları soğanın üzerine dizin. Üzerlerine tuz, biber, domates, mantar ve balık suyunu ilave edin. Kapagini kapatıp ağır ağır kaynatarak 7-8 dakika pisirip atesten alın. Bir kevgirle balıkları ve mantarları susuz olarak bir oğraten tabagina çıkarın. Tereyağı ile unu karıştırıp balıkların suyuna ilave edin. Bir çırpma teli ile karıştırıp ağır ağır 2 dakika kaynatın. Yumurta sarısını krema ile karıştırıp sosun içerisine karıştırarak ilave edin. Atesten alıp balıkların üzerine dökün. Üstten hızlı ateşli fırında üstü renk alana kadar birkaç dakika kızartın ve servis edin.