



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## DİL FİLETOSU VALESKA (FRANSA)

### FILETS DE SOLE WALESKA

#### 4 kişi için MALZEME :

- 16 adet dil balığı filetosu (Dört adet iri dilden elde edilir)
- Varsa 1 adet dilimlenmiş yer mantarı truf yoksa kullanma
- 1 adet iri domates kabukları soyulup ince kıyılmış
- 1 çay kaşığı çok ince kıyılmış soğan
- 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
- 2 yumurtanın sarısı

#### YAPILIŞI :

Balık filetolarını hafifçe dövüp yassılatınız, içini dışa getirip üçe katlayınız  
Dibi düz küçük bir tencerenin (Kasrolun) altını margarinle yağlayıp soğanı serpiniz  
Balıkların katlanmış kısmını alta getirerek soğanın üzerine diziniz  
Tuz, biber, domates ve yer mantarını, balık suyunu ilâve ediniz  
Kapağını kapatıp gayet ağır ağır kaynatarak yedi sekiz dakika pişirip ateşten alınız  
Bir kevgir veya bir paletle bir güvece veya graten tabağına balıkları alta getirerek yer mantarını balıkların üzerine koyarak susuz olarak çıkarınız  
Kırmızılık vermesi için sosu bir güveçten başka küçük bir tencereye teman domatesleri ile geçirek süzdürünüz  
Tereyağı ile unu karıştırıp balıkların suyuna ilâve ediniz  
Bir çırpma teli ile karıştırarak ağır ağır iki dakika kaynatınız, yumurta sarısını krema ile karıştırıp sosun içerisine karıştırınız  
Ateşten alıp balıkların üzerine dökünüz | Salamandrada yoksa üstten hızlı ateşli fırında renk alıncaya kadar bir kaç dakika kızartıp servis ediniz