DİL SUFLE (FRANSA)

SOLE SOUFFLEE

2 kişi için MALZEME :
2 adet iri dil balığı
1/2 tatlı kaşığı ince kıyılmış arpacık soğan
1 çorba kaşığı tepeleme dolu tereyağı
1 su bardağı balık suyu yoksa su
3 kahve fincanı krema
2 yumurta beyazı
Tuz, bir çimdik karabiber
Az hindistancevizi
2 kahve kaşığı un
1 yumurtanın sarısı
200 gr. ince makinadan geçmiş beyaz balık kıyması

YAPILIŞI :
Dil balığını içini çıkarıp kafasını kesip kenarlarındaki kılçıkları kesiniz ve üst siyah derisini çıkarınız, balığın üstünden sırt kemiği kızasından bıçağın burnu ile balığın etini baştan ve kuyruktan ve yanlardan koparmadan sandal gibi açınız
Küçük bir kaba balık kıymasını, yumurta beyazını, kremayı, az tuz ve karabiber ve hindistancevizini koyup iyice karıştırıp balıklan içine açtığınız kısımlara doldurunuz
Ateşe mukavim bir oval güvecin veya Pyreksin içini hafifçe yağlayıp soğanı serpiniz, balıkları yerleştiriniz
Üzerine balık suyunu, tuzunu ilâve ediniz Üzerini yağlı kâğıt veya yanmaz kâğıtla kapatıp fırında zaman zaman içindeki suyundan üzerine dökerek onbeş, yirmi dakika pişirip fırından çıkarınız
Suyunu bir tencereye süzdürünüz ve tereyağı ile unu karıştırıp karıştırarak ilâve ediniz
Orta ateşte üç dört dakika karıştırarak kaynatıp ateşten alınız
Yumurta sarısını çırparak karıştırıp yediriniz ve sosu balığın üzerine döküp hızlı ateşli fırında veya salamandrada üzeri hafif renk alıncaya kadar üç dört dakika kızartıp servis ediniz.

© lezzetler.com tarif no:15409 • adı:DİL SUFLE (FRANSA) • gönderen:rikkat • indirme tarihi:29.03.2024 - 05:01