



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ELMALI SOSTA USKUMRU

- 2 uskumru (yaklaşık 750 g, temizlenip, derileri soyularak fileto çıkarılmış)
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1/2 tatlı kaşığı tozşeker
- 1 tatlı kaşığı kişniş tohumu
- 2 tatlı kaşığı taze sıkılmış limon suyu
- 4 çorba kaşığı elma suyu
- 1 tatlı kırmızı elma
- 4 kırmızı lahana yaprağı (iri parçalara ayrılmış)
- 4 yeşil salata yaprağı (iri parçalara ayrılmış)
- 2 çorba kaşığı kişniş yaprağı (isteğe bağlı)
- 2 tatlı kaşığı susam
- Elmalı sos:
 - 3 çorba kaşığı elma suyu
 - 1 tatlı kaşığı natürel zeytinyağı
 - 1/2 tatlı kaşığı taze sıkılmış limon suyu
- bir tutam beyazbiber

iki uskumru filetosunu geniş, çukur bir kaba köyün. Şeker, tuz ve kişniş tohumlarını havanda dövüp, bu karışımın yarısını balıkların üstüne serpin. Küçük bir kâsede limon suyu ve elma suyunu karıştırıp, balıkların üstüne 3 çorba kaşığı da bu karışımdan serpin. Kalan iki filetoyu üstlerine koyup, havanda ve kâsede kalan karışımları üstüne gezdirin. Sonra kabın üstünü plastik filmle kapatıp, serin bir yerde (buzdolabının en alt gözünde) 1 -2 gün bekletin. Servis zamanından önce 6 düz tabağı buzdolabında soğutun. Bu arada buzdolabındaki kabı alıp, filetoları kesme tahtası üstüne (ya da tezgâha) çıkararak ince ince dilimleyin. Elmalı sos malzemesini bir kâsede iyice karıştırın. Soğutulmuş tabakları buzdolabından alıp, balık dilimlerini tabaklara yarım daire biçiminde yerleştirin. Elmayı ikiye kesip, koçanını ve çekirdeklerini çıkardıktan sonra dilimleyin. Elmalı sosun yarısını bir kâsede kırmızı lahana yaprakları, yeşil salata yaprakları ve kişniş yapraklarıyla (isteğe bağlı) karıştırın. Tabaklardaki balık dilimlerinin yanına elma dilimleri ile sosa bulanmış salata ve kırmızı lahana yapraklarını yerleştirip, kalan elmalı sosu balıkların üstüne gezdirin. Balık dilimleri üstüne susamları da serpip, bekletmeden servis yapın.