ENGİNARLI LAHOS BUĞULAMA

2 adet taze haşlanmış enginar göbeği (yoksa konserve)
2 küçük domates
1 kahve fincanı sirke
2 adet defne yaprağı
1 kahve fincanı balık suyu
4 adet lahos filetosu (150'şer gramlık)
4 çorba kaşığı krema
4 dilim limon
1 tatlı kaşığı tereyağı
1/2 tatlı kaşığı tuz
1 bağ kıyılmış maydanoz

1) Domateslerin kabuklarını soyup ortadan enine ikiye kesiniz. Defne yapraklarını da ortadan kesiniz. Enginarları ortadan kesiniz. Sonra üçgen şeklinde 1 santim kalınlığında doğrayınız.
2) Ateşe dayanıklı bir cam kap güvecin içini hafif yağlayıp balıkları yerleştiriniz. Üzerlerine lira gibi kesilmiş, kabuksuz dilim limon, yarımşar defne yaprağı, onun da üzerine yarımşar domates ve enginarları yerleştiriniz.
3) Tuzunu, sirke ve balık suyunu ve her balığın üzerine 1'er kaşık kremasını koyup ağzını sıkıca kapatarak ağır ateşte 12 dakika pişiriniz.
4) Bir palet ile kırmadan balıkları başka bir kaba alınız. Balığın sosu yarım bardak olmalıdır. Fazla ise kaynatıp çektirip, ateşten alınız.
5) Tereyağını ve maydanozu karıştırarak yedirip hemen balıkların üzerine döküp servis yapınız.

© lezzetler.com tarif no:80988 • adı:ENGİNARLI LAHOS BUĞULAMA • gönderen:im • indirme tarihi:16.04.2024 - 18:30