FIRINDA DOMATESLİ USKUMRU

Oldukça irilerinden 4 uskumru
600 gram domates veya domates konservesi
100 gram siyah zeytin
1 baş soğan
1 avuç kıyılmış maydanoz
bir tutam kekik
yeteri kadar un
zeytinyağı, tuz ve karabiber

Uskumruların içlerini çıkardıktan, yüzgeçlerini kesip attıktan sonra bol akarsuda içlerini, dışlarını iyice yıkamalı. Suyu süzüldükten sonra balıkları bir-iki yerinden hafifçe yarmalı. Bir tavaya zeytinyağını koyup orta ısılı ateşte kızdırmalı. Yağ kızmaya başlayınca una bulanacak uskumruları tavaya koymalı ve her iki yanlarını kızartmalı.
Bu işler olurken özel aletiyle çekirdekleri çıkarılacak zeytinleri kıyarcasına ince doğramalı. Soğanı ince ince doğramalı. Domateslerin kabuklarını soymalı. çekirdeklerini çıkardıktan sonra küçük parçalara doğramalı.
Bir kuşaneye 1 çorba kaşığı zeytinyağıyla kıyılmış soğanı koymalı ve orta ısılı ateşte kavurmalı. Soğanlar pembeleşmeye başlayınca doğranmış domatesle kıyılmış zeytini ve kekiği katmalı. Tuzlayıp biberledikten sonra birkaç dakika pişirmeli. Uskumruların her iki yanı kızarınca bunları pyrex bir kayık tabağa oturtmalı. Tavadaki yağı gezdirerek üstüne dökmeli.
Kuşanedeki salçayı da gezdirerek boşalttıktan sonra kıyılmış maydanozu serpiştirmeli.
Pyrex kabı orta ısılı fırına koymalı ve içindekileri 15 dakika kadar pişirmeli. Sonra kabı fırından çıkarmalı.
Balıkların sağına, soluna birer dilim domatesle bir-iki zeytin oturtmalı ve sıcak sıcak servis yapmalı.

ML® Uskumru Çorbası için tıklayın

© lezzetler.com tarif no:70426 • adı:Fırında Domatesli Uskumru • gönderen:bitmeyen şarkı • indirme tarihi:29.03.2024 - 10:14