



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](https://www.turkishseafood.org.tr)

## FIRINDA KREMALI LEVREK

Su Ürünleri Tanıtım Grubu İZMİR

<https://www.turkishseafood.org.tr>

1-1/5 kg levrek balığı filetosu (çinekop ya da dilbalığı filetosu da kullanılabilir)

1 çay kaşığı tuz, karabiber

3 yemek kaşığı zeytinyağı

1 yemek kaşığı dolusu un

2 su bardağı süt

1 su bardağı hazır süt kreması

1 çay kaşığı tuz, karabiber

Yarım su bardağı rendelenmiş taze kaşarpeyniri

2-3 adet orta boy domates

Levrek balığının orta kemiği ve kılçıklarını balıkçıda temizletilir. Kuyruk ve kafası kesilir. Derisi soyulup atılır. Böylece kılçıksız kemiksiz balık parçaları yani fileto halde balıklar elde edilmiş olacaktır. Balık parçaları yıkanıp süzülür ve üzerine tuz, karabiber serpilerek süzgeçte bekletilir. Diğer taraftan sosun hazırlanması için, zeytinyağı ve un küçük bir tencereye koyulup orta ısı ateşte tel çırpıcı ya da tahta kaşıkla sürekli karıştırılarak 1-2 dakika, hafifçe sararıncaya kadar kavrulur. Üzerine süt eklenip, tuz ve karabiber serpiidikten sonra karıştırmaya devam edilir. Muhallebi kıvamına gelip kaynamaya başlayınca, ocaktan alınır. Üzerine hazır süt kreması katılıp, 1-2 dakika hızlı hızlı çırpılarak karıştırılır. Orta boy bir fırın kabı, 1 yemek kaşığı kadar sıvıyağla yağlanır. Süzgeçteki balıklar fırın kabına yan yana yerleştirilir. Hazırlanan sos kaşıkla balıkların üzerine gezdirilir. Renderlenmiş peynir balıkların üzerine paylaşılır. Domatesler soyulup halka halka doğandıktan sonra balıkların üzerine dizilir. Balıklar, 5 dakika önceden ısıtılmış fırında 30-35 dakika kadar pişirilip çıkarılır. Sıcak sıcak servise sunulur.