



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BALIK KÖFTESİ

MALZEMELER

2 adet palamut balığı
2 bas soğan
2 dilim bayat ekmek
3 adet yumurta
1 küçük demet maydanoz
2 fincan zeytinyağı
Yeteri kadar tuz, karabiber
1 çay bardağı un

YAPILIŞI

Palamutları temizleyin. 1 adet soğanı dört parçaya bölerek bolca su içerisinde iyice haslayın. Balıkları sudan alıp etleri kılçıklarından ayırın.

Buna ıslatılmış, suyu sıkılmış ekmek içi, rendelenmiş soğan, 1 yumurta, tuz, karabiber ve kıyılmış maydanoz katarak iyice yogurun.

Yogru lan bu karışım dan ceviz den büyük parçalar alıp avuç içinde yuvarlak köfteler yaparak una bulayın. Kalan iki yumurtayı çirpin. Una bulanmış köfteleri yumurtaya bulayıp kızdırılmış yağda tavanın sapından tutup sallayarak kızartın. Yanında soğan, maydanoz ile servise sunun.

[ML® Balık Kotlet için tıklayın](#)



Fotoğraf "tuzak" tarafından gönderildi. 11.08.2018