GÜVEÇTE DİL BALIĞI FİLETOSU

16 adet dil filetosu
1 diş çok ince kıyılmış sarmısak
4 adet iri domates
1 adet defne yaprağı
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1/2 tatlı kaşığı tuz
1 çorba kaşığı ince kıyılmış soğan
1/2 kahve fincanı sirke

1) Dil filetosunun üstünü altına getirerek uçlarını birbirinin üzerine kıvırınız.
2) Domateslerin kabuklarını soyup enine ortadan yararak çekirdeklerini çıkarıp ince doğrayınız.
3) Küçük bir tencereye zeytinyağını koyup kızdırınız, soğan, sarımsak ve defneyi atıp bir kere karıştırınız, domatesleri ve tuzu ilâve ederek suyunu tamamen çekinceye kadar 8-10 dakika pişiriniz.
4) Dibi düz bir kasrolü veya bir güveci ateşe koyup kızdırıp balıkların kıvrık yerlerini aşağıya getirerek diziniz.
5) Sirkesini, domatesini de ilâve ederek ağzı sıkı kapalı olarak 10-12 dakika pişirip aynı kap ile servis yapınız.

© lezzetler.com tarif no:81316 • adı:GÜVEÇTE DİL BALIĞI FİLETOSU • gönderen:im • indirme tarihi:29.03.2024 - 09:59