



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GÜVEÇTE DİL BALIĞI

1,5 kg dil balığı
2 orba kaşığı margarin
8 adet mantar
4 dilim kaşar peyniri
2 orba kaşığı un
1 su bardağı su
1 orba kaşığı krema
1 tutam tuz
1 tutam karabiber

Ayıklanmış dil balığından 4 adet fileto çıkarın. Filetoların içine ikişer adet mantar koyun. Her bir filetoyu dolma sarar gibi sarın ve güveç kabına yerleştirin. Üzerlerine birer dilim kaşar peyniri koyun. Diğer yandan margarin bir tavaya alın ve eritin. Un ilave edip hafifçe kavurun. Suyu yavaşça ilave edip karıştırın. Krema, tuz ve karabiber ekledikten sonra kaynamaya bırakın. Kaynadıktan sonra sosu balık sarmaların üzerine gezdirin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 15-20 dakika pişirin. Sıcak olarak servis yapın.