HAMSİ OMLET

1.5 kahve fincanı kırık pirinç
1.5 kahve fincanı un
1.5 su bardağı yoğurt
8 su bardağı et suyu
1 yumurta
1 çorba kaşığı tereyağı
1 fincan sıvı yağ
2 çorba kaşığı nane
Tuz
500 gr hamsi
250 gr taze soğan
2 havuç
2 yumurta
1 demet maydanoz
Mısır unu veya un
Karabiber
Tuz

Hamsiler ayıklanıp yıkanır. Kılçığı çıkartılarak suyu süzdürülür.
Taze soğan ve maydanoz yıkanıp ince olarak doğranır. Havuç rendelenir; bir kaba doğranmış soğan, maydanoz, havuç konur. Üzerine tuz, karabiber ve iki yumurta kırılarak sebzeler iyice karıştırılır.
Büyükçe bir teflon tavaya biraz yağ konur. Hamsiler tek tek mısır ununa bulanıp, balıkların başları tavanın ortasına gelecek şekilde yerleştirilir.
Hazırlanmış olan sebzeli için yansı hamsilerin üstüne dökülüp, kaşıkla yaydırılır. Ateşe konup, balıklar kızanncaya kadar pişirilir. Bir tabak yardımıyla ters döndürülüp, sebzeli taraf da kızartılır. Balıklı kısım üste gelecek şekilde servis tabağına konur.
Artan balık da aynı şekilde pişirilir. Limon suyu balıkların üzerine dökülerek servis yapılır.

© lezzetler.com tarif no:19810 • adı:Hamsi Omlet • gönderen:erhan AKSAN • indirme tarihi:08.05.2024 - 06:48