



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAĞITTA KALKAN

2 kg kalkan
4-5 su bardağı su
Sos için:
4 adet domates
10 adet mantar
3-4 dal taze soğan
Yarım çay bardağı krema
1 adet patates
10-12 dal ince kıyılmış maydanoz
Yarım çay kaşığı köri
Tuz
Karabiber

Dilimlenmiş olarak aldığınız kalkanı 2 parmak kalınlığında, uzun şeritler halinde doğrayın. Bir tencereye alıp 10 dakika haşlayın ve süzün. Daha sonra haşlanmış balığı iri küpler halinde doğrayın. Orta büyüklükte bir güveç kabının dibine yağlı kağıt serin ve içine balığı yerleştirin. Domatesleri rendeleyip geniş bir kaba alın. Üzerine ikiye bölünmüş mantar, ince kıyılmış taze soğan, krema, küp doğranmış patates, maydanoz, köri, tuz ve karabiber ekleyip karıştırın. Daha sonra güveçteki balığın üzerine boşaltın. Yağlı kağıtla malzemenin üzerini kapatın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 10 dakika pişirin. Fırından çıktıktan sonra sıcak olarak servis yapın.