



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.com)

KAĞITTA LEVREK

Malzeme

- 50 cm x 80 cm boyutlarında yağlı kâğıt
- 250 ml (1 su bardağı) balık suyu
- 30 g (2 çorba kaşığı) Sana
- 1 çorba kaşığı ince kıyılmış arpacık soğanı
- 10 adet 90 gr'lık levrek filetosu
- 5 adet iri mantar (ince dilimlenmiş)
- 1 adet defneyaprağı
- 300 g (yaklaşık 1 su bardağı) konkâse domates
- Tuz
- ½ demet maydanoz (ince kıyılmış)

Hazırlanışı

Hazırlık:

Yağlı kâğıdı ikiye katlayıp, fazla küçültmeden kalp biçiminde kesin.İçini yağlayarak bir kenarda bekletin. Kızarmış balıkların olduğu tavaya mantar, defneyaprağı, konkâse domates ve sıcak balık suyunu ekleyip kısık ateşte 5 dakika suyunu yarı yarıya çekirin.Tuzunu kontrol edin. Yağlı kâğıttan kalbi bir fırın tepsisine yerleştirin, bir tarafına balıkları dizin.Üzerine tavada ki mantarlı karışımı gezdirin.Kalbin öteki yarısını balıkların üzerine kapatıp, kenarlarını sıkıca kıvırın.

Ana Yemek:

Ön hazırlık olarak, yağlı kâğıdı yan sayfadaki gibi kesin. Balık suyunu bir kenarda sıcak olarak tutun. Balıkları alabilecek genişlikte bir tavada Sana'nın bir çorba kaşığını eritin. Yağ kızınca soğanı ilave edip, hafifçe pembeleştirin. Balıkları da katarak, her iki taraflarının iyice kızarmasını sağlayın. Fırınınızı 170° C'ye getirip, ısıtın. Hazırlık bölümünde gösterilen biçimde sosu yapın. Sos koyulaştıktan sonra kalan Sana ve maydanozu katıp, ateşten alın. Balıkları ve mantarlı domatesli sosu aşağıda gösterildiği biçimde kağıda yerleştirip, kâğıdın kenarlarını kıvırın. Kâğıtta levreği önceden ısıtılmış fırına sürüp, 10 dakika pişirin. Kâğıtta levreği fırından çıkartıp, kâğıdını dikkatlice açın ve sıcak olarak yanında haşlanmış patates ile servis yapın.

[ML® İspanaklı Levrek Flato için tıklayın](#)