



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KALKAN KİEVSKİ (UKRAYNA)

300 g derisi ve kılçıkları temizlenmiş kalkan ya da sert beyaz etli herhangi bir başka balık (ince kıyılmış)
1/2 tatlı kaşığı çok ince rendelenmiş limon kabuğu
bir tutam tuz
bir tutam beyazbiber
50 g iç bezelye
10 g (2 tatlı kaşığı) tuzsuz tereyağı
24 sultani bezelye (kılçıkları alınmış)

ince kıyılmış balık etleri, limon kabuğu rendesi, tuz ve karabiberi blendera koyup, kalın bir hamur elde edene kadar çalıştırın. Hamuru bir kâseye aktarın, buzdolabında 1 saat bekletin.

iç bezelyeleri kaynar suda yumuşayana kadar (3 - 4 dakika) haşlayın. Tencereyi ateşten alıp, bezelyeleri bir süzgeçte süzdükten sonra soğuk su altına tutup, yeniden suyunu süzdürün (donmuş ya da konserve bezelye kullanıyorsanız, bu işlemlere gerek yoktur). Kalın dipli küçük bir tencerede tereyağını eritip, tencereyi ateşten alarak iç bezelyeleri koyun ve karıştırarak her yanlarının tereyağına iyice bulanmasını sağlayın.

Balık hamurunu buzdolabından alıp, 24 parçaya ayırın. Her parçayı yuvarlayarak küçük top haline getirip, baş parmağınızla yassılatarak 7,5 cm çapında köfte biçimi verin. Ortasına birkaç iç bezelye koyup, bezelyelerin etrafını saracak biçimde yeniden topak haline getirin. Balık hamuru ve iç bezelyeler bitene kadar bu işlemleri tekrarlayıp, her balık topağını bir sultani bezelye kabuğuyla sarın ve ortasından iki ucu dışarı çıkacak biçimde bir kürdan geçirin.

Bir tencereyi 2,5 cm derinliğinde suyla doldurup, içine paslanmaz çelikten, zeytinyağıyla hafifçe yağlanmış bir buğulama kabı oturtun. Tencereyi ateşe oturtup, suyu bir taşım kaynatın. Kaynayınca balık rulolarını buğulama kabının içine koyup, üstünü örterek buharla 5 dakika pişirin. Tencereyi ateşten alıp, balık rulolarını geniş bir tabağa dizerek, hemen servis yapın.