



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KUŞKONMAZ SOSLU PİSİ BALIĞI

75 gr (5 çorba kaşığı) tereyağı
8 pisi balığı filetosu (derileri yüzölüp, yıkanarak süzölmüş)
1 tatlı kaşığı tuz
1 kahve kaşığı karabiber
1+1/4 su bardağı balık suyu
4 sap maydanoz
125 gr (1 su bardağı) un
2 yumurta (hafifçe çırpılmış)
100 gr (1 su bardağı) kuru ekmek içi
1 limon (dörde bölünmüş)
Sosu:
125 gr mantar (temizlenip, ince dilimlenmiş)
1 çorba kaşığı su
1 çorba kaşığı limon suyu
30 gr (2 çorba kaşığı) tereyağı
1+1/2 çorba kaşığı un
250 gr (1 su bardağı) krema
1 çay kaşığı tuz
1 kahve kaşığı karabiber
15 ince kuşkonmaz ucu (pişirilmiş)

Önce, fırınınızı orta sıcaklığa (180° C) getirip, ısıtınız. 1 çorba kaşığı yağla, ateşe dayanıklı yayvan bir cam kabı hafifçe yağlayınız.
Balık filetolarının dördünü ortalarından ikiye katlayıp, yağladığınız cam kaba koyunuz. Üstlerine tuz ve biberi serpip, balık suyunu ekleyiniz. Kabin üstünü örtüp fırına sürerek, balıkları 25-30 dakika pişiriniz.
Bu arada, kalan 4 balık filetosunun her birini boylamasına üçe kesip, kestiğiniz parçaları önce una, sonra yumurtaya, en sonra da ekmek içine bulayınız. Fırındaki cam kabı çıkarınız. Suyunu süzüp ayırarak, balıkları sıcak tutunuz.
Kalan 4 çorba kaşığı yağ, büyük bir tavada orta ateşte kızdırınız. Ekmek içine batırılmış balık filetosu parçalarını koyup, her yanlarını 2-3'er dakika, renkleri nar gibi olana kadar kızartınız. Tavayı ateşten alınız. Cam kaptaki pişmiş filetoları, ısıtılmış bir servis tabağının ortasına döşeyiniz. Tavada kızartılmış filetoları, fırında pişmiş filetoların çevresine dizerek, sosu hazırlayana kadar sıcak kalmalarını sağlayınız.
Sosu hazırlamak için mantarları, suyu ve limon suyunu küçük bir tencereye koyup, 4-5 dakika pişiriniz. Tencereyi ateşten alıp, mantarları delikli bir kepçeyle çıkararak bir kenara bırakınız.
Yağı orta boy bir tencerede, orta ateşte eritiniz. Tahta bir kaşıkla unu katıp 2-3 dakika daha pişirdikten sonra, tuz, biber, kuşkonmaz ve haşlanmış mantarları katarak 3 dakika daha, kuşkonmazlar iyice ısınana kadar pişiriniz. Tencereyi ateşten alıp, sosu balıkların üstüne dökünüz. Yemeğinizi maydanoz sapları ve limon parçalarıyla süsleyerek, servis ediniz.