



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LİMON SOSLU KALKAN

4 adet kalkan balığı fileto (700 gram)
4 adet büyük boy taze rezene
80 gram kırmızı soğan
4 adet limon
1 çay bardağı Kuru üzüm
1 çay kaşığı Kapari çiçeği
3 yemek kaşığı sana klasik
kızartmak için 1 su bardağı sıvı yağ
yeterince tuz
1 tatlı kaşığı karabiber

Yarım çorba kaşığı kuru üzümü suda yumuşatın. Taze rezeneyi jülyen doğrayıp buzlu suda bekletin. Limonların kabuğunu soyduktan sonra kabuğunu ince doğrayın. Limonları yuvarlak dilimleyip suyuyla kaba alın. Doğranmış soğanı yapışmaz yüzeyli tavada sana yağıyla soteleyin. 1 cm'lik kare kesilmiş kalkan balığı filetoyu tavaya aktarın. Bir tutam tuz ve karabiberle tatlandırın. Birkaç dakika sonra limon suyunu da ekleyip pişirmeye devam edin. Birkaç saniye sonra süzüp bir kaseye alın ve yemeğin harcını da ayrı bir kaseye aktarın. Tavaya sana yağınızı ilave edip yemeğin harcı, yumuşatılmış kuru üzüm, sudan geçirdiğiniz 1 çay kaşığı kapari ve jülyen doğranmış limon kabuğunu soteleyip sosu hazırlayın. Metal çember içine küp kesilmiş kalkan fileto ve limon dilimlerini sırayla üst üste dizin. Son kata limon dilimini yerleştirin. Buzlu suda beklettiğiniz taze rezeneyi süzüp kurulayın. Kızgın sıvıyağda taze rezeneyi kızartın. Kevgirle süzerek kağıt havlu üzerine alıp yağınızı süzün. Metal çemberi çıkartıp kalkan ve limon dilimlerini servis tabağına alın. Limon sosu ve rezeneyle birlikte servis yapın.