



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PORTAKALLI KALKAN

4 kalkan balığı dilimi
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
2 portakalın kabuğu (rendelenmiş)
2 portakalın suyu
1 limonun kabuğu (rendelenmiş)
1 limonun suyu
60 gr (4 çorba kaşığı) tereyağı
1 portakal (ince dilimlenmiş)

Kalkan dilimlerini yayvan bir kaba koyup, üstlerine tuz, biber, portakal kabuğu rendesi, portakal suyu, limon kabuğu rendesi ve limon suyunu serpiniz. Balıkları oda sıcaklığında 1 saat, bu marinadda bekletiniz.

Izgaranızı en yüksek sıcaklıkta ısıtınız.

Kalkan dilimlerini marinaddan çıkararak bir güvece diziniz. Yağı küçük küçük kesip balıkların üstüne yerleştiriniz. Güveci ızgaraya sürerek balıkların her iki yanını 5-8'er dakika, balığa çatal batırıldığında kolayca dağılına kadar, pişiriniz.

Güveci ızgaradan alıp, spatulayla balıkları ısıtılmış bir servis tabağına çıkarınız. Portakal dilimleriyle süsleyip servis ediniz.

Not: Haşlanmış patatesle ve sebzeyle servis edilebilir.