



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PORTAKALLI PİSİ BALIĞI

1 pisi balığı (750 g - 1 kg, içi temizlenmiş)
1 iri portakal (kabuğu beyaz bölümleri bütünüyle alınarak soyulup, yuvarlak dilimlenmiş)
1 portakalın kabuğu (ince şeritler halinde kesilmiş)
15 g (1 çorba kaşığı) tuzsuz tereyağı (yumuşatılmış)
1 çorba kaşığı karışık baharatlı ot (maydanoz, dereotu, vb.; ince kıyılmış)
1/4 tatlı kaşığı tuz
bir tutam karabiber (taze çekilmiş)
birkaç maydanoz ve dereotu dalı (süsleme için)

Önce fırınınızı 200 °C'a ısıtın. Pisi balığının her iki yanındaki derisini soyup atın. Başını ve her iki yanındaki yüzgeçleri de kesip attıktan sonra, balığı soğuk su altında yıkayarak, kâğıt mutfak havlusuyla kurulayın. Ateşe dayanıklı bir servis tabağını hafifçe yağlayıp, pisibalığını tabağa yerleştirin. Portakal dilimlerini balığın üstüne hafifçe birbirinin üstüne binecek biçimde döşeyin.

Erimiş tereyağını balığın üstünde gezdirip, ince kıyılmış otları serpiştirin. Tuzu ve karabiberi serpip, tabağı alüminyum folyoyla örterek fırına verin ve pisi balığını, çatala dokunulduğunda kolayca ayrılacak kadar (25 - 30 dakika) pişirin.

Tabağı fırından alıp, maydanoz - dereotu dalları ve portakal kabuğu şeritleriyle süsleyerek, bekletmeden servis yapın.