



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SALÇALI KILIÇ BALIĞI

Kullanılacak malzeme (4 kişi için):

750 gram kılıç balığı,
2 kahve fincanı zeytinyağı,
1 baş sarımsak,
2 baş soğan,
250 gram domates,
1/2 bardak su,
10-12 körpe yeşil biber,
yeteri kadar tuz ve karabiber.

Yapımı: Derisi çıkarıldıktan sonra parmak kalınlığında ve eşit dilimlere kesilmiş kılıç balığını bol akarsuda yıkamalı. Balık dilimlerini yan yana dizildikleri vakit rahatça alacak büyüklükte bir tepsiye zeytinyağının yarısını kıyılırcasına ince doğranmış soğan ve sarımsakla birlikte koymalı. Tepsiyi orta ısıli bir ateşe oturtmalı ve karıştırarak soğanla sarmısağı kavurmalı. Bunların renkleri pembeleşmeye başlayınca kabukları soyulduktan sonra çekirdekleri çıkarılmış ve küçük parçalara doğranmış domatesleri bunların içine katmalı. Domatesi tuzlamalı. Yeşil biberleri dilim dilim doğradıktan sonra bunların çekirdeklerini çıkarıp yıkamalı ve bu biberleri de tepsiye atmalı. Karışımı karıştırarak domatesler salça durumuna gelinceye kadar pişirmeli. Domates, salçamsı bir duruma gelince yarım bardak soğuk su dökmeli. Tuzunu ve karabiberini serptikten sonra kalan zeytinyağını da dökmeli. Kılıç balığı dilimlerini ve yan yana yerleştirdikten sonra tepsinin ağzını örtmeli ve balığı kuvvetli bir ateşte on - oniki dakika kadar pişirmeli. Kılıcın tadı bozulmaması için balığı fazla pişirmemeli. 12 dakika sonra tepsiyi ateşten alıp ağzı kapalı olarak bir kenarda soğumaya bırakmalı. Balıklar iyice soğuduktan sonra bunları tabaklara almalı ve soğuk olarak servis yapmalı.