



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SARDALYA TUZLAMA

Erkan Acurol
Ege ve Ayvalık'ta Kış Hazırlıkları

3 kg sardalya
2 kg kaya tuzu

Sardalyaları tuzlu suda pullarını parmaklarınızla ovarak yıkayın. Süzölen balıkların içlerini temizleyip kafalarını koparın. Tekrar tuzlu suda yıkayıp süzün. Balıkların kafasını koparmadan, karnını yarmadan temizlemek de mümkündür. Bu durumda tuz, balık eti ile fazla temas etmeyeceği için daha lezzetli olur. Ancak balıkların kafalarını taşla ezmek gerekir. Tuzlama yapacağınız miktara bağılı olarak bir teneke veya cam kavanoz temin edin. Kabın dibine yaklaşık bir cm kalınlığında tuz yayın. Tuzun üzerine kapatılmış balıkları dizin. Üzerlerini tuz ile örtün ve tekrar balıkları dizip üzerlerini tuzla örtün. Balıklar bitinceye kadar bu işlemi tekrarlayın. Son olarak üstüne bir tabak veya tahta koyup onun üzerine de ağırlık (örneğin temiz bir taş) koyun. Buzdolabında on gün içinde hazır olur. Tuzdan çıkardığınız balıkları 2-3 saat sirke içinde bekletip fazla tuzu gittikten sonra tüketin.